

உ
செய்யுதும்.

ஸ்ரீ கோரகநாதர் சீடராகிய

ஸ்ரீ சுவாத்திராமயோகீந்திரர்

அருளிச்செய்த

ஹ ட யோ க ப் பி ர தீ பி கை

ச ம் ஸ் தி ரு த மூ ல ம் .

இஃது

தஞ்சைமாநகரம்

வெ. குப்புசாமிராஜ் அவர்களால்

தமிழிற்செய்யப்பட்ட

தத்துவப்பிரகாசிகையென்னும்

விருத்தியுரையுடன்

செய்யுர் டிஸ்ட்ரிக்ட் கோர்ட் பிளீடர்

மகா-ந-ந-ஸ்ரீ ஸ்ரீ நிவாஸப்பிள்ளையவர்கள்

ச க ர ய த் த ர ல்

திருவைபாறு

“கீர்வாண வாணி விலாஸ அச்சுக்கடத்தில்”

பதிப்பிக்கப்பட்டது.

தூர்முகி ஸ்ரீ கார்த்திகை ஸ்ரீ

All rights reserved.

அறிக்கை.



அடியிற்கண்டபுத்தகங்கள் வேண்டியவர்கள் தஞ்சை, ரப்
பர்முத்திரைசெய்யும் வி. கோவிந்தன் அண்டு பிரதர்ஸ்
என்பவர்களிடத்திலும், சென்னை மதராஸ் ரிப்பன் அச்சுயந்
திரசாலை சை. இரத்தினசெட்டிபா ரவர்களிடத்தும் பெற்
றுக்கொள்ளலாம்.

ஹடயோகப்பிரதீபிகை	விலை	...	...	...	ரூ. 1—8—0
சூதசங்கிதை	...	...	...	...	1—8—0
விசாரசந்திரோதயம்	...	...	...	...	1—0—0
பிரமகீதை	...	...	...	...	2—8—0
ரிபுகீதை	...	...	...	...	2—8—0
சாந்தோக்கியவுபநிடதத்திற் கூறி யதத்துவமணி மகாவாக்கியத்தின் ஒன்பதுமுறையுபதேசம்	}				0—3—0

முகவுரை.

பரம புருஷார்த்தமாகிய மோகத்தை யடைதற்குச் சாதனமாகச் சாங்கியம் யோகமென இரண்டு மார்க்கங்கள் சுருதி ஸ்மிருதி இதிகாச புராணாதிகளிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் சாங்கியம் ஒருவற்கும் யோகம் ஒருவற்கும் எளிதாயிருக்கும். ஆயினும் சாங்கியம் பூர்வாப்பியாசமுடைய உத்தமோத்தம அதிகாரிகளுக்கே எளிதாம். ஆகலால் இங்கே (இந்நூலில்) மற்றைய அதிகாரிகளை யுத்தேசித்து யோகம் விரிசுப்படுகின்றது. யோகமென்பது பிரமாணம், விபரியம், விகற்பம், நித்தினா, ஸ்மிருதியென்னும் * ஐந்து விருத்திகளையும் நிரோதித்தலால் சித்தம் நிர்விஷய சைதன்னியமாத்நிரமாக நிலைத்தலாம். அந்த யோகத்திற்கு உத்தம மத்திம மந்தாதிகாரிகளை முன்னிட்டுக் கிரமமாக அப்பியாச வைராக்கியமும், தவம் சுவாத்தியாயம் ஈசரப்பிரணிதானமென்னும் கிரியாயோகமும், இயமாதி ஆஷ்டாங்கங்களும் சாதனமாகப் பாதஞ்சலகுத்திரத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அந்தச் சாதனயோகமும் வியவகாரத்தினால் மந்திரயோகம் ஹடயோகம் இலயயோகம் இராஜயோகமென நான்கு வகையாம். அவற்றுள் விதிபூர்வமாக மந்திரத்தைப் பன்னிரண்டு வருஷம் வரையிற் பிரயோகித்தல் மந்திரயோகமாம். இப்படி யப்பியசிக்கின் கிரமமாக அணிமாதிரித்திகளை யடைவன். அற்புத்தியுடைய அதமசாதகன் இந்த மந்திரயோகத்தை யறுஷ்டிப்பன். மற்ற ஹடலய ராஜயோகங்கள் இந்நூலிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த யோகம் சர்வேராத்தமர்களாகிய பிரமா விஷ்ணு ருத்திரர்களாலும், நா

* இவற்றைப் பாதஞ்சலகுத்திரத்தில் விவிலாய்க் காணலாம்.

ரதர் சுகர் யாஞ்ஞவல்கியர் வசிஷ்டர்முதலிய ஞானசிரோஷ்டர்
 களாலும், மச்சேந்திரர்முதலிய சித்தர்களாலும் அப்பியசிக்கப்
 பட்டதாம். இதைப்பற்றி ஆதிநாதராகிய பாமேசுவரன் மச்சேந்
 திரநாதருக்குப் குபதேசித்தார். அவர் கோரகூநாதருக்குப் குபதே
 சித்தார். அந்தக் கோரகூநாதரது கிருபையால் ஹடவித்தை
 யைப் பெற்ற சுவாத்துமாராம யோகீந்திரர் இக்காலத்து மு
 முகூடங்கள் எளிதாய் உணரும்பொருட்டு யோகவிஷயத்தில்
 மிகச் சிறந்து விளங்காநின்ற ஹடயோகப் பிரதிபிகை யென்
 னும் இந்நூலை வடமொழியிற் செய்தருளினார். இதில் நான்
 குபதேசங்க ளிருக்கின்றன. அவற்றுள் முதலுபதேசத்தில்
 யோகத்திற்கு முதலங்கமாயும், தேக மனதுகளின் இரஜோ
 தர்மமாகிய சஞ்சலத்தன்மையைக் கெட்டுத்து ஸ்திரத்தன்மை
 யைச் செய்வதாயுமிருக்கும் ஆசனஞ் சொல்லப்பட்டிருக்கிற
 து. இரண்டாவதுபதேசத்தில் மலசுத்தியையும், மலசுத்தி
 யால் ஹடசித்தியையும் வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையையும், வாயு
 வின் ஸ்திரத்தன்மையால் சித்தத்தின் ஸ்திரத்தன்மையையும்,
 வாயு மனதுகளின் ஸ்திரத்தன்மையால் தீர்க்காயுக அணிமாதி
 லீசுவரியமுடைமைமுதலிய சித்திகளையும் தருதற் கேதுவாயு
 ள்ள பிராணாயாமம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. மூன்றாவதுப
 தேசத்தில் குருவாக்கியதற்பரணய், ஆசனகும்பகாதினைச்செ
 ய்வனாய், ஆகா விகாசமுதலிய செய்கைகளில் ஒழுங்குடை
 யவனாயிருந்து, இடைவிடாது அடிக்கடி பழகுவேலானுக்கு அ
 ணிமாதி சித்திகளையும் மிருத்தியுஜயத்தையுந் தரத்தக்க மகாமு
 த்தினாமுதலிய பத்து முத்தினைகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்ற
 ன. நான்காவதுபதேசத்தில் மிக வுத்தமமானதும் ஆதிநாதா
 ற் சம்பாதிக்கப்பட்ட கோடிசமாதிக்கிரமங்களுள் சிலாக்கியமா
 னதும், மிருத்தியுவைக் கெடுப்பதும், யோக தன்மேகத்தைச்
 சுவேச்சையாக விடுத்தற்கேதுவாயுள்ளதும், தத்துவஞானத்தை
 யுதிப்பித்து வாசனாகூடிய பூர்வகமாக ஜீவன்முக்திகைத்திற்கு
 பாயமாயுள்ளதும், பிராரப்தத்தைக்குறைத்து ஜீவப்பிரமஅபே

தம் செய்வித்து அத்தியந்தபிரமாநந்தப் பிராப்தியாகிய மோக்தைத் தருவதுமான பிரத்தியாகாராதி வடிவமாகிய சமாதிக்கிரமம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதுவே யோகமார்க்கத்தை யறிய விரும்புவோர்களுக்குத் தக்க நூலாம். இது வடநாட்டிற் பிரபலமாய் வழங்கிவரினும் தென்னாட்டில் இத்தகைய நூல் இதுவரையிலும் வாராமைமயால், நமது நாட்டிலுள்ளவர்கள் யாவரும் யோக மிவ்வியல்பினதென் றுணரும்பொருட்டு, இந்நூலிற்கு ஸ்ரீபிரமாநந்தராற் செய்யப்பட்ட சம்ஸ்கிருத வியாக்கியானத்தி ற்கிணங்கத் தமிழில் தத்துவப்பிரகாசிகையென்னும் விருத்தியுரையும் அதற்காங்காங்கு விளக்கவுரையும்செய்து சம்ஸ்கிருத மூலத்துடன் பிரசுரிக்கப்பட்டது. இதில் ஏனைய யோகசாஸ்திரங்களிலுள்ள எல்லாவிஷயங்களு மடங்கியிருக்கின்றன. இது அதிகாரிகளாவார் யாவர்க்கும் இன்றியமையாததென்பது இந்நூலின்கண்ணேயே இனிது விளங்கும். சம்ஸ்கிருதமும் தமிழ் முணர்ந்தவர்களும், தமிழ்மாத்திர முணர்ந்தவர்களுமாகிய இருதிறத்தாருக்கு முதவும்வண்ணம் சாதாரணமான தமிழ்நடையி லெழுதப்பட்டிருக்கின்றது. இது வடமொழிக்கு நேராகவே யிருக்கவேண்டு மென்னும் கருத்தால் பெரும்பாலும் தமிழ்நடை வடமொழிச் சார்பாகவே யிருக்கும். அப்படியாசக்கிரமங்களெல்லாம் இந்நூலில் மிக வெளிப்படையாகக் காட்டப்பட்டிருக்கினும், அவற்றைக் குருவின்றிச் சுதந்திரமாகச் செய்யலாகாது. அப்படிச் செய்யுமிடத்து நோய்முதலியவற்றால் வருந்துதலும் மாணமு முண்டாம். இக்காலத்தில் அதிகாரிகளி னருமைப்பாட்டானும், சம்பிரதாய நமூவுதலானும் இந்த ஹடயோகம் சாங்கோபாங்கமாகத் தூர்லபமாயினும், சிலவி ரக்தர்களுக்கு ஒவ்வோர் அங்கம் சித்திக்கும் அதாவது ஷட்கிரிபை, அநேக ஜுசனங்கள், முத்தினைமுதலிய அங்கங்களில் ஒவ்வோர் அங்கம் சித்திக்கும். அகணையே பூரணமாக அப்பியசிக்கின், அதுவே குருவாயிருந் துணர்த்துதலால் மற்ற அங்கங்களோடு யோகமுழுவதும் சித்திக்கும். அது பாதஞ்சலகுத்தி

பாஷியத்தில், “யொமெநயொமொ ஜோதவெஜா யொமொ
யொமாகுவுவயுகெ ! யோகத்தினுல் யோகம் அறிபத்தக்க
து. யோகத்தால் யோகம் விருத்தியாகும் என்னும் சௌபா
க்கியலக்ஷுமியுபநிஷத்தின் வாக்கியத்தால் யோகத்திற்கு யோ
கமே குருவாம்” என்று வியாசபகவானுற் சொல்லப்பட்டிருக்
கின்றது. ஹடயோகத்தைத் தீபம்போற் பிரகாசிப்பிப்பதாயி
ருத்தலால், இந்நூலிற்கு * ஹடயோகப்பிரதீபிகை யென்றும்; தீ
பத்தின் பிரகாசம்போற் சம்சயாதி யந்தகாரத்தை யொழித்து
த் தத்துவத்தை (உண்மைப்பொருளை) யுணர்த்துவதாயிருத்த
லால், இதனுடைக்குத் தத்துவப்பிரகாசிகை யென்றும் பெயரி
டப்பட்டது.

“யொஜீஸூரஸ்யுயொமஸ்யு யொமஸூரஸ்யு வாவயுகெ !
நிநூனுயெவுகுவூனி ராகுலாதெநராகுதிதள !
ஏ ! பார்வதி ! யோகைவார்களையும் யோகத்தையும் யோகசாஸ்தி
ரத்தையும் எந்த நார்கள் நிந்திக்கின்றார்களோ, அவர்கள் பூமியி
ல் இராகுதர்களாவர்” என்பது சிவவாக்கியம்.

யதிகுரவடிஹஷ்ட 0 ரோதூவீ நவ யஜுவெஸி | தத்
வகுஷ்டேதாநெவ நடராஜஹரோஸூதெ || ஓ ! நடராஜப்
பெருமானே ! உமக்கு நமஸ்காரம். இதிலுண்டாகும் எழுத்துக்
குற்றம் சொற்குற்றமுதலிய யாவையும் க்ஷமிக்கக்கடவீராக.

* இந்நூலில் ஹடய ராஜயோகங்கள் மூன்றும் சொல்லப்பட்டிரு
க்கினும், அவற்றுள் ஹடயோகத்தைப் பிரதானமாகவும், மற்றிரண்டை
யும் ஹடயோகவாயிலாகவும் பிரதிபாதித்தலால், இந்நூலிற்கு ஹடயோ
கப்பிரதீபிகையெனப் பெயரிடப்பட்டது.

வே. சூப்பூஸ்வாமிராஜம்.

சிவமயம்.

விஷய அட்டவணை

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.	இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
	முதலுபதேசம்.		27	*வல்லரியாதிமுப்பத் துமுன்னுசனங்கள்	சங்
1	தூன்மங்கலம்	க	28	அபத்தியம்	சஅ
2	ஹடயோகசப்தார்த்தம்.	உ	29	பத்தியம்	ருக
3	ஞானசப்தபூமி	ரு	30	போசனநியமம்	ருங்
4	சித்தர்களின் பெயர்	க		இரண்டாமுபதேசம்	
5	ஹடாப்பியாசத்திற்கு ரியஇடம்	கங்	31	நாடிசோதனை	க௦
6	மடத்தினிலக்கணம்	கரு	32	* அதிவியாப்தியாதி தோஷம்	"
7	யோகாப்பியாசப்பிரதிப ந்தம்	கக	33	* அவாந்திரப்பிரயோ ஜனம்	கஉ
8	இயமம்பத்தினிலக்கண ம்	உக	34	பிராணயாமாப்பியாச காலம்	கங்
9	நியமம்பத்தினிலக்கண ம்	உஉ	35	கனிஷ்டாதிப் பிராண யாமலக்ஷணம்	கச
10	சுவஸ்திகாசனம்	உரு	36	யுக்தாயுக்தப்பிராணபா மபலம்	எச
11	கோமுகாசனம்	உச	37	ஷட்கர்மம்	எச
12	வீராசனம்	"	38	தௌதிகர்மம்	எரு
13	கூர்மாசனம்	உஎ	39	* நால்வகைத்தௌதி	"
14	குக்குடாசனம்	"	40	பஸ்திகர்மம்	எக
15	உத்தானகூர்மாசனம்	உஅ	41	* இருவகைப்பஸ்தி	"
16	தனுராசனம்	"	42	நேதிகர்மம்	எக
17	மச்சேந்திராசனம்	உக	43	திராடகம்	அ௦
18	பச்சிமதானாசனம்	க௦	44	நௌலிகர்மம்	அக
19	மயூராசனம்	கக	45	* இருவகைநௌலி	அஉ
20	சவாசனம்	"	46	கபாலபாதி	"
21	மச்சேந்திரசித்தாசனம்	கங்	47	* சக்கிரிகர்மம்	அங்
22	மதாந்திரசித்தாசனம்	கச	48	* கிலிகர்மம்	"
23	பதுமாசனம்	கஎ	49	* வஜ்ஜோலி	அச
24	மச்சேந்திரபதுமாசனம்	கஅ	50	* சங்கப்பிரகாசனம்	"
25	சிம்மாசனம்	சக	51	கஜகரணி	அரு
26	பத்திராசனம் (கோரகா சனம்)	சஉ			

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.	இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
52	அஷ்டகும்பகம்	அஅ	81	சக்திசாலனம்	கசஅ
53	யோகாப்பியாசக்கிரமம்	கஉ	82	சந்தலக்ஷணம்	கசக
54	சூரியபேதனம்	கச	நாஸ்காமுபதேசம்		
55	உஜ்ஜாயினி	கக	83	சமாதிக்ரமம்	கசக
56	சீத்காரி	க00	84	சமாதிபரியாயம்	கஅக
57	சீதலி	க0க	85	சமாதிலக்ஷணம்	"
58	பஸ்திரிகை	க0உ	86	* காகாஹிகோளகநியாயம்	கஅக
59	பிராமரி	க0ச	87	* அப்பிரயோஜகத்வம்	ககஉ
60	மூர்ச்சை	க0எ	83	* சற்பிரதிபக்கம்	ககச
61	பிலாவினி	"	89	* நாடிசுளினிலக்கணம்	உ0எ
62	பிராணாயாமபேதம்	க0அ	90	சாம்பவிமுத்திரை	உகஎ
63	* எண்வகைப்பிராணாயாமம்	"	91	உன்மணிமுத்திரை	உகக
64	* அஜபை	க0க	92	கேசரிமுத்திரை	உஉக
65	கேவலகும்பகம்	ககஉ	93	சமாதியுபாயம்	ககஉ
மூன்றுமுபதேசம்			94	சாம்பவிமுத்திரையினுதானுசந்தானம்	உகக
66	* ஆறுதாரம்	ககஎ	95	பராங்குமிமுத்திரை	உகச
67	முத்திரை	கஉக	96	நாதாவஸ்தாபேதம்	உகடு
68	அஷ்டஐசுவரியங்கள்	கஉஉ	97	ஆரம்பாவஸ்தை	"
69	மகாமுத்திரை	கஉக	98	கடாவஸ்தை	உகச
70	மகாபந்தம்	கஉக	99	பரிசயாவஸ்தை	உகஎ
71	மகாவேதம்	கஉக	100	நிஷ்பத்தியவஸ்தை	உகஅ
72	கேசரி	கக	101	நாதபேதம்	உசஉ
73	உட்டியானபந்தம்	கசஉ	102	* சுதிப்தமுதலிய ஐந்து யோக பூமிகை	உசச
74	மூலபந்தம்	கசடு	103	* பிரத்தியாகாரம்	உசச
75	ஜாலந்தரபந்தம்	கசஅ	104	* தாரணையிலக்கணம்	உசஅ
76	விபரிதகரணி	கடுக	105	* தியானவிலக்கணம்	உடு0
77	வஜ்ரோலி	கடுக	106	* சமாதியிலக்கணம்	உடுக
78	சகஜோலி	கசுக	107	* சமாதிபேதம்	உடுச
79	அமரோலி	கசுக	108	யோகவிக்கிரமங்கள்	உகக
80	* தேஹலீதிபநியாயம்	கசடு			

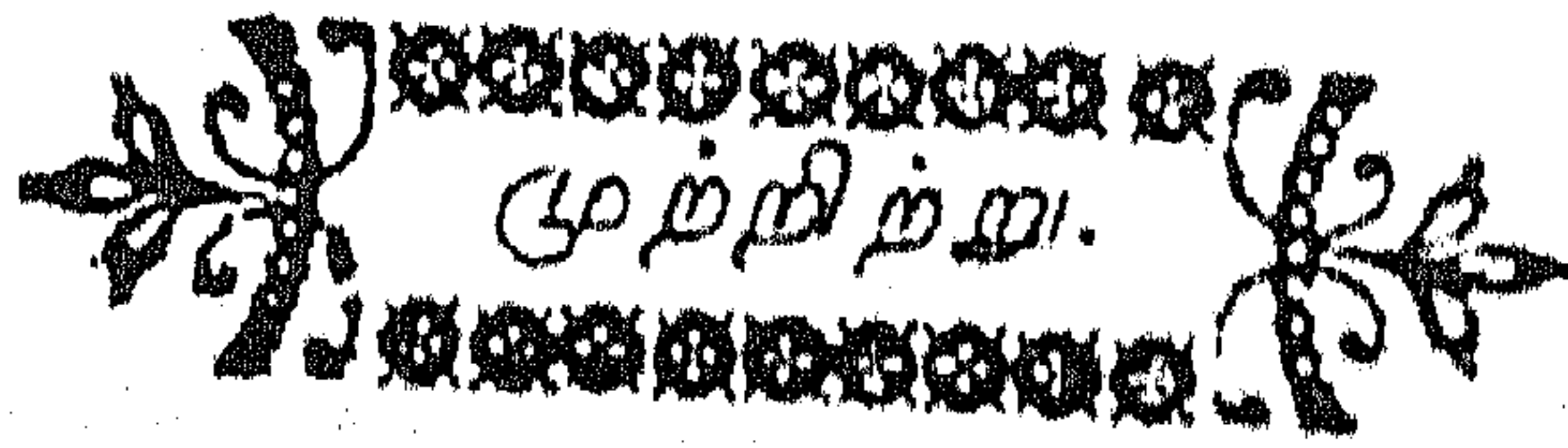
* இவ்வடையாளமிட்டுள்ளன விளக்கவுரையிலுள்ள

விஷயங்களாம்.

இந்நூலில் மேற்கோளாகக் காட்டப்பட்ட சாஸ்திரங்களின் பெயர்கள்.

1	இருக்குவேதம்	33	பிரமமீமாம்சை
2	கடவல்லியுபநிஷத்து	34	திரிபுராசாரசமுச்சயம்
3	மாண்டேக்கியவுபநிஷத்து	35	ஸ்கந்தபுராணம்
4	முண்டகோபநிஷத்து	36	வாயுசங்கிதை
5	தைத்திரீயவுபநிஷத்து	37	சூதசங்கிதை
6	சாந்தோக்கியவுபநிஷத்து	38	பதுமபுராணம்
7	பிரகதாரண்யவுபநிஷத்து	39	கூர்மபுராணம்
8	சுவேதாசுவதரவுபநிஷத்	40	உருத்திரகீதை
9	யோகசிகோபநிஷத்து	41	இலிங்கபுராணம்
10	வராகோபநிஷத்து	42	பிரமாண்டபுராணம்
11	மைத்திராயண்யவுபநிஷத்	43	பிரமவைவர்த்தம்
12	யோகதத்துவோபநிஷத்து	44	பாகவதம்
13	மகோபநிஷத்து	45	கருடபுராணம்
14	சாண்டில்யோபநிஷத்து	46	விஷ்ணுபுராணம்
15	தர்சனோபநிஷத்து	47	நாரதீயம்
16	யோகசூடாமணியுபநிஷத்	48	ஆதித்யபுராணம்
17	திரிசிகியுபநிஷத்து	49	வாயுபுராணம்
18	யோகசூண்டலியுபநிஷத்	50	நந்திகேசவரபுராணம்
19	ஆன்னபூர்ணோபநிஷத்து	51	மகாபாரதம்
20	திவானபிந்தூபநிஷத்து	52	பகவற்கீதை
21	முகந்திகோபநிஷத்து	53	யோகவாசிஷ்டம்
22	யோகபீஜம்	54	பஞ்சலிசூத்திரம்
23	பராசரஸ்மிருதி	55	வியாசபாஷ்யம்
24	யாஞ்ஞவல்கியஸ்மிருதி	56	இராஜசித்தாந்தராஜயோகம்
25	சுதைஸ்மிருதி	57	தத்தாத்திரேயர்
26	எதிதர்மப்பிரகாணம்	58	மகரிஷிமாதங்கர்
27	விஷ்ணுதர்மம்	59	சநாதனசித்தாந்தம்
28	மகாகாளயோகம்	60	சித்தசித்தாந்தபத்தி
29	உருத்திரயாமளம்	61	கோரகூதசங்கிதை
30	பிரமஞானதந்திரம்	62	கோரகூதசாகம்
31	சிவசங்கிதை	63	ஷட்சக்கரநிருபணம்
32	சிவாம்புகல்பம்		

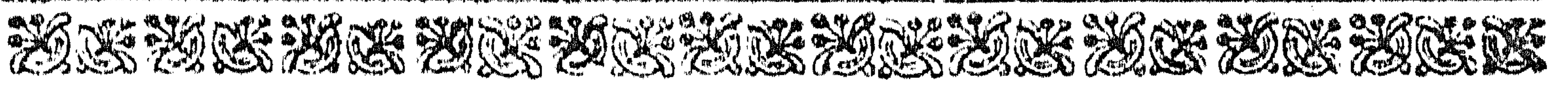
75	நாயணதீர்த்தர் வாக்கியம்	76	ஸ்ரீஹர்ஷர் வாக்கியம்
64	அமிர்தசித்தி	77	ஸ்ரீதரர் வாக்கியம்
65	அபியுத்தம்	78	யோகபாஸ்கர் வாக்கியம்
66	யோகசந்திரிகை	79	ஹட்சங்கேதம்
67	யோகசிந்தாமணி	80	ஹட்சரத்நாவளி
68	யோகசாராவளி	81	மதுஞ்சுதனசாஸ்கா திகளின் கடார்த்த தீபிகையுரை
69	யோகதாராவளி	82	ஜீவன்முத்திப்பிரகரணம்
70	அபரோக்தாநுபூதி	83	சித்தாந்தசாராவளி
71	வாக்கியசுதை	84	விசாரசாகரம்
72	சிவயோகதீபிகை	85	பதார்த்தமஞ்ஞஷா
73	சுரேசுவராசாரியர்	86	திருமந்திரம்
74	ஞானேஸ்வரரார் செய்யப் பட்ட தீதாவியாக்கியானம்	87	தாயுமானவர்



உ
பிழைதிருத்தம்.

பக்கம்	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
௨	கக	ஹடயோகமாமென்றும்	ஹடயோகமாமென்னும்
”	௨௫	விகனம்	விக்கினம்
௩	கச	வாயிலாக்க	வாயிலாகக்
”	க௫	அதிக	அதி
௫	கக	பெரிய	பெயரிய
௧௦	க	ஜஸ்ததை	ஜஸ்த்நை
௧௨	௨௬	யோகசித்தாடணி	யோகசிந்தாடணி
௧௩	௧௦	அதிகா	அதிகார
௧௬	கக	மரகா	மகர
௧௭	௧௩	இரமியமான	இரம்மியமான
௧௮	௧௪	மஜ்ஜ	மஜ்ஜ
௧௯	௩	சமமாகப்	சமமாகப்
”	”	அப்பாத	பாத
”	க	விவேகிகள்	விவேகிகள்
௪௪	௧	ஆசனங்கனிநுந்து	ஆசனங்களினிநுந்து
௪௭	௧௨	வரை	(வரை
௪௮	௧௭	நிரைக்கப்பட்டு	நிறைக்கப்பட்டு
”	௧௯	சொல்லப்பட்டிருக்கின்ற	சொல்லப்பட்டிருக்கின்ற
௫௧	௩	தயா	தயா”
”	௮	தூர்ஜன	“தூர்ஜன
௫௬	௩	காரண	காரண
௬௪	௧௭	சிந்தைமகிழ்;	;சிந்தைமகிழ்
”	௧௮	சேர்ந்திடினோ	சேர்ந்திட்டினோ;
௮௩	௨௧	நாற்ற	நாற்ற
௯௧	௨௫	செய்தால்	செய்தலால்
௧௦௪	௧௧	(மாதிரி)	(மாதிரி)
”	௨௪	நிரோதித்து	நிரோதித்து
௧௦௯	௧௧	வேளி	வெளி
௧௧௦	௨௦	மெய்யெழுத்துக்களையும்	மெய்யெழுத்துக்களை
௧௧௪	௧௩	வாக்கியசுதை	வாக்கியசுதை
௧௧௮	௪	தாரிபாய்	தாரிபாய்

பத்தம்	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
ககஅ	ச	பீதாம்பரராய்	பீதாம்பரராய்
கஉச	க	அகன்பின்	அகன்பின்
„	கச	கீவற	கீவறா
„	ககூ	ஞகீனா	ஞகீனா
கநந	உந	நாம்பின்	நாம்பின்
கசக	கஎ	சமுருகின்றது	சமுருகின்றது
„	உக	வஜ்ஜிரசனசப	வஜ்ஜிரசனசப
கசஉ	ககூ	இவ்வெல்லா (ஜகத்தது) மாமம்	இவ்வெல்லாமு(ஜகத்தது) மாமம்
கசந	உஎ	சொல்லப்பட்டன	சொல்லப்பட்ட
கசஎ	எ	சூதய	சூதயமு
„	கச	நீளுகின்றது	நீளுகின்றது
கசஅ	ககூ	சரளத்தன்மை	சரளத்தன்மை
„	உஉ	செடி	செடி
கசகூ	கஎ	பந்திக்கிறன்றோ	பந்திக்கின்றதோ
கந()	கஅ	சித்தாந்தத்தில்	சித்தாந்தத்தினால்
கநந	உகூ	கூடிய	கூடியதாம்
கநகூ	கஉ	வெளிப்படுவதற்கு	வெளிப்படுவதற்கு
ககக	கந	ஸீதகூயு)	ஸீதகூயு)
ககஅ	ந	இடைநாடி	இடைநாடி
கஎஉ	கஉ	(எதனால்)	எதனால்(
„	உக	சொல்லுவதற்கு	சொல்லுவதற்கு
கஅக	அ	இலயம்	இலயம்
ககச	உந	தலால்	தலால்.
ககூ	கக	சமபவித்த	சமபவித்த
ககூ	அ	பொருக்காததாம்	பொருக்காததாம்
உகச	கூ	அமுத	அமுத
உகச	ககூ	(பிராணன்ஸ்திர)	(பிராணன்)ஸ்திர
உகந	உக	பிராணப்பியசத்	பிராணப்பியசத்
உசு	க	†	*
„	உ	துரியாவஸ்தையை	(துரியாவஸ்தையை)
உநக	க()	கெடுதலில்	கெடுத்தலில்
உநகூ	ககூ	எ-று	இதற்கமுசயமில்லை. எ-.
உஎ()	உஉ	(வடிவ)	(பகவதவடிவ)



உ

ஸ்ரீ கணேசாயநம:

ஹ ட யோ க ப் பி ர தீ பி கை.

மு த ல் உ ப தே ச ம்.

உரைவாழ்த்து.

நக்ஷா மணவ திஸ்வாஸம் மார-ஹ தபுக்ஷாஸிகாஸி
ஹ ட யோ மவ தீவஸ்ய க-வெபுஜா வ்ஸவஹிகாஸி ||

(இ-ள்) ஸ்ரீ கணபதியையும், அம்பிகைசமேதராகிய பரமே
சுவரணையும், குருவையும் நமஸ்கரித்து ஹ ட யோ க ப் பி ர தீ பி கைக்
கு த த் துவப் பிரகாசிகை யென்னும் தமிழுரையைச் செய்கி
தேன்.எ-று.

(அவதாரிகை) முமுக்ஷுக்களது நன்மையின் பொருட்டு
இராஜயோக வாயிஸாகக் கைவல்யபலத்தையுடைய ஹ ட யோ க ப்
பி ர தீ பி கையை விதிக்கவிருப்பமுள்ளவராகிய மிகுந், சகருணையுள்
ள சுவாத்தாமாராமயோகிந்தீரர், அஃது இடையூறின்றி இனிது
முடியும்பொருட்டு, ஹ ட யோ க ப் பி ர வர்த்தகராகிய ஸ்ரீ ஆதிநாத
ரது நமஸ்கார லக்ஷணமுள்ள மங்கல (வாழ்) த்தை முதலில் ஆ
சரிக்கின்றார்.

நூன்மங்கலம்.

ஸ்ரீகுடிநாயாய நமோஸ்து-தவெஸ்ய யெநொவடி
ஷா ஹ ட யோ மவிஜ்ஜா | விஹ ராஜகெவொஹ தராஜ
யோ ம ரோஜ-விஜ்ஜா ரயிரொ ஹிணீவ || || க ||

(இ-ள்) மிகவும் உயர்ந்த இராஜயோகத்தில் ஏற இச்சை
யுள்ளவர்களுக்கு ஏனியைப்போல விளங்கும் ஹ ட யோ க வித்
தையையுபதேசித்த ஸ்ரீ ஆதிநாதருக்கு நமஸ்காரம் எ-று.

காலக்ஷணமாகிய மங்கலத்தை ஆசரிக்கின்றவராய், இந்நூலின் விஷயம் பிரயோஜனமுதலியவற்றைக் காட்டுகின்றார்.

புண்ணியீஸ்ரீ மஹாநாயக ஸாசாராரெண யொயி
நா | கெவரூராஜ யொமாய ஹவிஷ்யோ வஹி
தெ || ॥ ௨ ॥

(இ-ள்) தனது ஸ்ரீகுரு (கோரக்க) நாதரை பக்திபூர்வமாக நமஸ்கரித்துச், சுவாத்தாமாராமயோகியால் இராஜயோகமாத் திரஞ் சித்திக்கும்பொருட்டு ஹடவித்தை யுபதேசிக்கப்படுகின்றது. எ-று.

இங்கே மாத்திரமென்னும் பதத்தால், ஹடவித்தைக்கு இராஜயோகமே முக்கியபிரயோஜனமாம்; பற்றைத்தருவனவாயிருந்தலால், சித்திகள்பிரயோஜனமாகாவென்பது அபிப்பிராயம். இதனால் இந்நூலிற்கு இராஜயோகபல (பிரயோஜன) த்தோடு கூடிய ஹடயோகம் விஷயமென்பதும்; இராஜயோகவாயிலாக்கைவல்லயம் பலமென்பதும்; அதில்விருப்பமுடையவன் அதிக காரியென்பதும்; கிரந்தத்திற்கும் விஷயத்திற்குமுள்ள பிரதிபாத்தியப்பிரதிபாதகபாவசம்பந்தமும், நூலிற்கும் கைவல்லியத்திற்குமுள்ள பிரயோஜ்யபிரயோஜகபாவசம்பந்தமும், நூலின் பெயரால் வழங்கப்படும் ஸபல (பிரயோஜனமுடைய) யோகத்திற்கும் கைவல்லியத்திற்குமுள்ள சாத்தியசாதனபாவசம்பந்தமுமாகிய இவை சம்பந்தமாமென்பதும் சொல்லப்பட்டது. (2)

(அ-கை) மந்திரயோக சகுணத்தியான நிர்க்குணத்தியான முத்திரை முதலியவைகளினாலேயே இராஜயோகம் சித்திப்பதாயிருக்க, ஹடவித்தையை யுபதேசிப்பதாலென்ன பிரயோஜனமென்று ஆசங்கித்து, எழுந்த (சஞ்சல) சித்தமுடையவர்களுக்கு மந்திரயோக முதலியவற்றால் இராஜயோகம் சித்தியாதாகலின், ஹடயோகத்தினாலேயே இராஜயோகஞ் சித்திக்குமென்று சொல்லுகிறவராய்க் கிரந்தத்தைப் பிரதிஞ்ஞைஞ்செய்கின்றார்.

நீஷஷ்ஷீஸஷ்ஷீ தாயு மாஷ்ஷு தா|| முதலாவது (*) ஞானபூமி
சுபேச்சை, இரண்டாவது விசாரணை, மூன்றாவது தனுமாநஸி, நா
ன்காவது சத்துவாபத்தி, ஐந்தாவது அசம்சத்தி, ஆறாவது (+) ப
தார்த்தாபாவினி, ஏழாவது தூரியமெனப்படும். விவேகவைராக்
கியங்களை அடிகுடிய சமகமாதியூர்வகமாகிய தீவிரமுமுகூழ்த்து
வம், சுபேதகை. 2. சிவணமனனலக்ஷணமுடையது, விசார
ணை. 3. அநேகார்த்தங்களைக் கிரகிக்கும் மனம், அவ்வநேகார்த்தங்
களை விட்டுச் சத்தென்னும் ஒரே அர்த்தத்தின் விருத்திப்பிரவா
கமுடைய சாக்ருங்காலத்துச் சூக்ஷ்மமாகின்றது. அப்படிப்
பட்டசூக்ஷ்மமான மனதையுடைய நிதித்தியாசனம், தனுமா
நஸியாம். இம்மூன்றும் சாதனபூமிகள். இப்பூமிகளுள் ஏறி
யுள்ளோர் சாதகரெனப்படுவர். 4. மூன்றுபூமிகளாலும் சுத்
தசத்துவமாகிய அந்தக்கரணத்தி லுண்டாகும் 'நான் பிரமம்' எ
ன்னும் வடிவினதாகிய அபரோகூஷ்விருத்தி, சத்துவாபத்தி யெ
னப்படும். இது நான்காவதாகிய பலபூமியாம். இதில் ஏறியயோ
க பிரமவித்தெனப்படுவான். இது (||) சம்பிரஞ்ஞாத யோகபூமி.
இனிச் சொல்லப்படும் மூன்றும் (§) அசம்பிரஞ்ஞாதயோக பூ
மிகளாம். 5. சத்துவாபத்திக்குப்பின், சத்துவாபத்தியெனப்
பெரிய பூமியிலுள்ள சித்திகளில் ஆசையில்லாதிருத்தல், அ
சம்சத்தியெனப்படும். இதில் ஏறியயோகியானவன் தானே ஸ
மாதியினின்றும் விழிக்கிறான். இப்பூமியை யடைந்தவன் பிரம
வித்துவரெனப்படுவான். 6. பரப்பிரமத்திற்கு அந்நியமாகிய

(*) ஞானசுபதபூமியின் இலட்சணத்தை வராகோபநிகழ்த்து மகோ
பநிகழ்த்துமுதலியவற்றிலுங் காணலாம்.

(+) பதார்த்தாபாவினியென்றும் பாடம்.

(||). இந்த யோகபூமியில் தியானிக்கப்படுபொருள் செவ்வையாய் அ
துபவிக்கப்படுதலால், இது சம்பிரஞ்ஞாதயோக பூமியெனப்படுகின்றது.

(§) இவற்றில் தியானிக்கப்படுபொருள் செவ்வையாய் அதுபவிக்கப்
படாமையின், இவை அசம்பிரஞ்ஞாதயோக பூமிகளெனப்படுகின்றன.

மானசவியாபாரபூர்வகமா மென்று மானசவியாபாரம் அர்த்தத்
தால் வந்தது. அப்படியே சுருதியும் “யந் நலாய்யாயதி த
விராவடி- எனதை மனதினாலே தியானி(நினை) க்கின்றனோ
அதை வாக்கினும் சொல்லுகின்றான்.” என்று கூறுகின்றது. இந்
த வித்தை பாகவதர்களாகிய உத்தவர்முதலியோர்களுக்குப் ப
கவானும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சிவன் யோகியென்பது
பிரசித்தமே. ஆகையால், இந்த வித்தை சர்வேரத்தமர்களாகிய
பிரமா விஷ்ணு ருத்திரர்களால் அநுவட்டிக்கப்பட்டதாகின்ற
து. பிரமசூத்திரகர்த்தாவாகிய வியாசரால் யோகி நிராகரிக்கப்
பட்டிருக்கிறானென்று சங்கிக்கலாகாது. ஏனெனின், பிரகிருதி
சுவதந்திரத்தன்மையை அறிந்தவர்களால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட
பேதாம்சமாத்மிரம் நிராகரிக்கப்பட்டிருத்தலால், பாவனாவிசே
ஷவடிவமாகிய யோகம் நிராகரிக்கப்படவில்லை. பாவனை சகல
ருக்கும் சம்மதம். அஃதில்லாமல் சுகமும் சம்பவியாது. அப்
படியே பகவற்கீதையிலும் “நாஸ்தி ஸ்வராய-ஆஸ்ய நவா
ய-ஆஸ்ய ஜாவநா | நவாஜாவயதஃஸாரந்தி நஸாரந்தஸ்ய
க-தஃஸ-வ்ய || அயுக்தனுக்கு (மனச்சமாதானமில்லாதவனு
க்கு) புத்தி (ஆக்மசொரூபஞானம்) இல்லை. அயுக்தனுக்குப்
பாவனை (ஆக்மத்தியானம்) இல்லை. பாவனையில்லாதவனுக்கு
ச் சாந்தியில்லை. சாந்தி இல்லாதவனுக்குச் சுகமேது. ” என்று
சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. நாராயண தீர்த்தராலும், “ஸ்வாத
னாஸ்தி ஸ்வராய-ஆஸ்ய நவாஜாவயதஃஸாரந்தி நஸாரந்தஸ்ய
க-தஃஸ-வ்ய || அயுக்தனுக்கு (மனச்சமாதானமில்லாதவனு
க்கு) புத்தி (ஆக்மசொரூபஞானம்) இல்லை. அயுக்தனுக்குப்
பாவனை (ஆக்மத்தியானம்) இல்லை. பாவனையில்லாதவனுக்கு
ச் சாந்தியில்லை. சாந்தி இல்லாதவனுக்குச் சுகமேது. ” என்று
சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. நாராயண தீர்த்தராலும், “ஸ்வாத

(*) இதனைப் பிரமமீமாம்சையின், வனவக நயோமஃ ஸ்ரூ-
த்ய-ஃ என்னும்-அ-உ,-பா-க-சூ-ந, சூத்திரத்தின் பாஷ்யத்
தில் விரிவாய்க் காணலாம்.

கும் ஞானிகளுக்கும் விரோத மில்லாததாம் என்று அடங்குந்.
கயவர-என்பது அசை. (ஈ)

(அ-கை) ஹடயோகத்தில் பிரவிருத்தியை யுண்டாக்குவதற்
கு ஹடவித்தையால் ஐசுவரியத்தை யடைந்த சித்தர்களைக் கூ
றுகின்றார்.

ஸ்ரீகுலி காயோதெயுந் ஸாவரநநுமெவரவாஃ |
உளரந்தீநெமாரக விரகுபாக்ஷவியெஸயாஃ || ௩ ||
கீஜாநெநாநெவரவொயொநீ விலிபிஷபு-புஸ்துக்ஷயேவிஃ |
கொரண்டக்ஷஸ-ஸாநநுஃ விபவாடிஸ்துயப-புடிஃ || ௪ ||
காநெநஸீவகுஜபாடிஸ்து நித்யநாயொநிரண்டநஃ |
வாஸீஷிந-நாயஸ்து காசுலயேஸுரரஹயஃ || ௫ || கரூ
டிபுஷ-பெடிஸ்து வொபாவொஸீவபிண்டிணிஃ |
கீநாரபெடிஸ்து வொபுக்ஷாவாலிகஸ்யா || ௬ || உத்யா
டிபொகீஷாவிலிபாஹெயொமபுஷாவதஃ |
காலுடி-பெஷாவெலிவரந்திதெ || || ௭ ||

(இ-ள்) எல்லாநாதர்களுக்கும் முதல்நாதராகிய ஆதிநா
தர் (சகவரன்), அவர்சிவ்யராகிய மச்சேசந்திரர், சாபரர், ஆனந்
தபரவர், செனாங்கி, மீனநாதர், கோரக்கநாதர், விருபாக்ஷர்,
விலேசயர், மந்தானர், பைரவர், சித்தி, புத்தர், கதண்டி, கோரண்
டகர், சுரநந்தர், சித்தபாதர், சர்ப்படி, கானேரி, நித்தியநாதர்,
நிரஞ்சனர், கபாலீ, விந்துநாதர், காகர், சண்டிகவரர், அல்லாமர்,
பிரபுதேவர், கோடா, சோலீ, டிண்டிணி, பானுகி, நாரதேவர்,
கண்டர், காபாலிகர் என்னுமிவர்முதலிய மஹாசித்தர்கள் ஹட
யோகப் பிரபாவத்தால் (சாமர்த்தியத்தால்) காலதண்டத்தை
(தேகத்தினின்றும் பிராணன் பிரிதற்கு அதுகூலமாகிய வியாபா
ரத்தை)க் கண்டித்து (சேதித்து), அதாவது மிருத்தியுவை
ஜெயித்துப் பிரமாண்டமத்தியில் தடையின்றிச் சஞ்சரிக்கின்றா
ர்கள். எ-று.

ஆதிநாதராகிய ஈசுவரன் முதல் நாதசம்பிரதாயம் பிரவர்த்திக்கப்பட்டதென்று நாதசம்பிரதாயகாரர் கூறுகின்றனர். ஓர் காலத்து ஆதிநாதர் ஓர் தீவிலிருந்துகொண்டு, அங்கொருவருமில்லையென்றுணர்ந்து, பார்வதிக்கு யோகத்தை யுபதேசித்தார். கரையின் சம்பத்திலுள்ள ஜலத்திலிருந்த ஓர் மச்சம்(மீன்), அந்த யோகோபதேசத்தைக் கேட்டு, ஏகாக்கிர சித்தமுள்ள நிச்சலகாயமுடைய தாயிற்று. அப்படி இருக்கும் மீனைப் பார்த்து, இது யோகத்தைக் கேட்டிருக்கிறதென்றுணர்ந்து, கிருபானவா (கிருபையை யுடையவரா) கிய ஆதிநாதர் ஜலத்தைப் புரோகதி (தெளி) த்தார். அப்படிப் புரோகதித்த மாத்திரத்தில், அது திவ்வியசரீரமுள்ள மச்சேந்திர ரென்னும் சித்தராயிற்று. அவரையே மச்சேந்திரநாதரென்று சொல்லுவர்.

கைகால் குறைந்த புருஷனை ஹிந்துஸ்தான பாஷையில் செளரங்கி யென்பர். ஓர் காலத்து ஆதிநாதரால் யோகத்தைப் பெற்றுப் பூமியிற் சஞ்சரிக்கும் மச்சேந்திரநாதரது கிருபானோக்கமாத்திரத்தால், ஓர் காட்டிலிருந்த செளரங்கிக்குக் கைகால் கள் முளைத்தன. அவரும் இவரது கிருபையால் நமக்குக் கைகால்களுண்டாயினவென்றுணர்ந்து, அவருடைய பாடங்களில் நமஸ்கரித்து, எனக்கருக்கிரகஞ்செய்க வென்று பிரார்த்திக்க, அப்படியே அருக்கிரகித்தார். அவரது அருக்கிரகத்தாற் செளரங்கிமீயன்னும் பிரசித்தசித்தரானார்.

கோரக்கரது சரித்திரத்தைப் பக்தவிஜய முதலியவற்றிற் காண்க. (ரு-கூ)

பிரமாண்டமத்தியில் தடையின்றிச் சஞ்சரிக்கின்றார்களென்பது பாகவதத்தில் “யொபீஸூந்நாணாம் திகீர ஹ - ரணை வபு ஹிஷிமொகூரூபவநாஃகராத நரஃ” காற்றினுள் பிரவேசிக்கும் வடிவுடைய யோகீசுவரர்களின் மூன்று லோகங்களுக்குள் னும் வெளியும் செல்லுதலைக் கூறுகின்றார்” என்று சொல்லப் பட்டிருக்கின்றது.

(அ-கை) ஹடம் சகல தாபங்களையும் நாசஞ்செய்வதும், சக

ல யோகங்களுக்கும் சாதகமுமா மென்பதை மடகமடவுருவகத்
தாற் கூறுகின்றார்.

சுஸௌக்யாவதவூதநாஸஸோஸுயஸோஹம் | ௧
ஸௌக்யோமய-கூதநாஸோஸுயஸோஹம் || ௧௦ ||

(இ-ள்) ஹடயோகமானது (ஆதியாத்துமிகம், ஆதிபௌதி
கம், ஆதிதெய்விகமென்னும்) சகல தாபங்களாலும் தபிக்கப்பட்
டவர்களுக்கு நல்ல ஆசிரயவடிவமாகிய (*)மடமும், அப்படியே
(மந்திர கரும யோகமுதலிய) சகல யோகங்களையு முடையவர்க
ளுக்கு ஆதாரபூதமாகிய கமடமு (ஆமை) மாம். எ-று.

தாபத்திரயமுன்றனுள் ஆதியாத்துமிகம் காயிகம் மான
ஸிகமென இரண்டு வகையாம். அவற்றுள் காயிக துக்கம் விபா
தியினாலாகியது. மானஸிகதுக்கம் காமமுதலியவற்றாலாகிய
து. ஆதிபௌதிகம் புலி பாம்புமுதலியவற்று லாகியது. ஆதி
தெய்விகம் கிரகமுதலியவற்று லுண்டாகியது.

கமடம் (ஆமை) உலகத்திற்கு ஆதாரமா யிருத்தல்போல
ஹடம் சகல யோகங்களுக்கும் ஆதாரமாம். (௧௦)

(அ-கை) இப்போது எல்லாவிதத்தைகளையும்விட இந்த ஹட
வித்தை மிக இரகசியமாய் வைக்கத்தக்க தென்பதையும், அதற்
கேதுவையும் கூறுகின்றார்.

ஹம்விஜ்ஞாவரஃமொவநா யொயிநாவிவிஜ்ஞதா |
ஹவெதீபபுவதீம-வநா நிவீபுயபூத-வ காஸிதா ||

(இ-ள்) அணிமாதி ஐசுவரியசித்தியை யல்லது கைவல்
யசித்தியை விரும்பும் யோகியால் ஹடயோக வித்தை மிக இரக
சியமாய் வைக்கத்தக்கதாம். ஏனெனின், இரகசியமாய் வைக்க
ப்பட்ட ஹடவித்தை வீரிய (கெடுதலில்லாத ஐசுவரியத்தைஅல்

(*) தாபத்தினு லடிபட்டவர்களுக்கு மடம் ஆசிரயமாதல் போல,
மூன்று தாபங்களாலு மடிபட்டவர்களுக்கு ஹடம் ஆசிரயமாம்.

லது கைவல்யசித்தியை யுண்டாக்கும் சாமர்த்திய) முடையதா
ம். அப்படி இரகசியமாய் வைக்காத வித்தை வீரியமில்லாததா
ம். என்று.

இனி யோகாதிகாரிகளின் இலக்ஷணம் வருமாறு:—“ஜி கா
க்ஷாயஸாஞாயஸகூயஸேகூள விஹீ நாயஜோஜெஷாஸகூய
ஸேகூள | சுஹீ நாயஜோஜெஷா ரொரஸேகூகெக்யு ப்ரெ
யொதஜெயொஹஸுதரஜெஷா || இந்திரிய ஜெயமுள்ளவ
னும், சாந்தனும், முத்தியில் ஆசக்தனும், தோஷங்களில்லாதவ
னும், பற்றில்லாதவனும், குணமுள்ளவனுமாகிய முற்கூறிய அ
திகாரிக்கு ஹடம் கொடுக்கத்தக்கதாம்: அந்தியர் (அந்திகாரி) க
ளுக்குக் கொடுக்கத்தக்கதன்று” என்றும் “வியுக்ஷகேபஸம்ப
க்ஷ காசேஸங்கஜுவஜிபுத: | யஜெஸுநியஜெபபுக்ஷ: ஸவபு
ஸம்மவிவஜிபுத: || க்யுதவிஜெஷாஜிதகெசுராய: ஸக்யுபபேவ
நாயண: | மஸுஸுஸுஷணரதபு வித்யுதேவராய
ண: || ஸுரஸுஷணஸுஜாஜாரொவிஜுஜிஸுஸுஸுரிசுநித: || விதி
யுக்தமாகிய கர்ம முடையவனும், காம சங்கற்ப மில்லாதவனும்,
இயம நியமங்களோடு கூடியவனும், சர்வசங்கப்பரித்தியாகியும்,
வித்தையுள்ளவனும், கோபத்தை வென்றவனும், சத்திய தரும
த்தை விரும்பியவனும், குருபணியிடையில் பிரியமுள்ளவனும்,
பிதாமாதாக்களை யுபசரிப்பவனும், தனது ஆசிரமத்திலுள்ளவ
னுமாகிய சதாசாரன் (நல்லொழுக்கமுடையோன்), வித்துவான்க
ளால் செவ்வையாக வுபதேசிக்கப்படுவன்” என்றும் யாஞ்ஞ
வல்கியராலும், “ஸிஸுராரதாரதாயெ நஜெயவெஷயாஸு
ணை | பெண்களைக்கூடுதலும் வயிறு வளர்த்தலுமே வேலையா
யிருக்கும் வேஷதாரிகளுக்குக் கொடுக்கத் தக்கதன்று” என்று
சிலவிடத்தும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதில் யோகசித்தா
மணிகாரர் “ஸுரஹணக்ஷத்ரியஸாரம் ஸுஸுஷணாஹவா
வநபு | ஸாணயெ சுபேணாநே நே ஜோமாஹாஷி விசேக

பெ || பிராமண சூத்திரிய வைசிய ஸ்திரீ சூத்திரர்களுக்குக் கருமங்களின் சாந்தியாகிய முத்திக்கு யோகத்தைப்பார்க்கிலும் பரிசுத்தமானது வேறில்லை.” என்னும் புராண வாக்கியங்களில் பிராணிமாத்ரித்திற்கு யோகத்தில் அதிகாரம் சொல்லப்பட்டிருந்தாலும், யோகத்தில் மோகூதமாகிய பம் விரக்தனுக்கே யுண்டாகின்றது. ஆகையால் அவனுக்கே யோகாதி காரம் உசிதம். அப்படியே வாயுசங்கிதையில் “ஆஷ்டக்யா நஹு விசுவிரக்த விஷயெஃ ॥ १ ॥ யஸ்ய தஸ்யா யிகாரொ஽ஸி ந்யாமெநா ந்யஸ்யஸ்யுஷி ॥ இகலோகபரலோக விஷயங்களில் விரக்தியடைந்த மனதுடையவனுக்கே இந்த யோகத்தின் அதிகாரமுண்டு. வேறொருவனுக்கு மில்லை.” என்றும், சுரேசுராசாரியரால் “ஐஹாஃ-த விரக்தஸ்ய ஸம்ஸாரம் ஐஹாவதஃ | ஐஹோஸாரொவஸ்யா வியொமெஷி ஸ்யிகாரிதா | இகலோகபரலோகங்களில் விரக்தனும், சம்சாரத்தைத் தள்ளும் விருப்பத்தால் யோகத்தை விரும்புவோனுமாகிய ஒருவனுக்கே இந்த யோகத்தில் அதிகாரமுண்டு” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அன்றியும் “மெநதஜெபாஃ-விபுநீ தாயஜா-தஃ-ஹா நம்-ஹ-தஜிஸ்யுஷுராய | ஸஸ்யாநெஹிஸ்யா வ்யோமெந வவாஹ நெவீகொவாஸிஃ-ஹெஹொலிராய || இதைத் துன்மார்க்கர்களுக்கு ஒருக்காலும் தரலாகாது. அதுவும் செவ்வையாகப் பவிக்கும்பொருட்டு இரகசியமாயறியத்தக்கது. இதைத்தகாத இடத்தில் வைத்தலாலேயே சர்வவதியானவன் நம்மை வெகு காலத்திற்குக் கோபத்தால் தகிப்பன்” என்று மேலோர்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கக)

(அ-கை) இனி ஹடாபுடியாசத்திற்குத் தக்க இடத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸஹாஜெயாபிபு கெஹெஸ ஸஹிக்ஷநிரஹ
உபெ | ய நஹு ராணவயபுஹஸரிதா நிஜுவஜிபுதெ

லாமை குறிப்பிக்கப்பட்டது. இங்கே “பஞ்சாஹாரவிஹாரெண ஹம்யொ மஸ்யஸிவ்யெ” என்னும் பாதிசிலரால் சேர்க்கப் பட்டிருத்தலால் உரைசெய்யப்படவில்லை. மூலசுலோகங்களுக் கு மாத்திரம் உரைசெய்யப்பட்டது. இப்படியே மேலும் எந் தச் சுலோகங்கள் என்னால் வியாக்கியானம் செய்யப்படாதன வாக இந்நூலிற் காணப்படுகின்றனவோ, அவைகளெல்லாம் இ டையிற் சேர்க்கப்பட்டனவாக அறியத்தக்கனவாம். (க 2.)

(அ-கை) இனி மடத்தின் இலக்ஷணத்தைக் கூறுகின்றார்.

சுரு தூராரோய மதபுவிவரம் நாதபுஷ்பநீலாய தம்
ஸரீரெழாபயஸாரம் விஷுரீரீரம் நிஸுஷ்டஜம் துஷ்டி கழா
வாஹெழேடுவவெழிகுவரம் விரம்பா காரஸம்வெ
ஷ்டிகம் ப்ரோக்தம்யொ மரோஸ்யுருக்ஷணரீரம் விரெஷ
ஹபாஹ்யாவிலிஃ ||

|| கரு ||

(இ-ள்) சிறுவாயிலுள்ளதாய் பலகணியும் (ஜன்னலும்) ப ள்ளமும் பெருச்சாளிமுதலியவற்றின் வளையுமில்லாததாய், மிக வுயரமும் மிகத்தாழ்வுமகலமுமில்லாததாய், பசஞ்சாணத்தாலீ ரமுண்டாகும்படி செவ்வையாய் மெழுகப்பட்டதாய், தின்மல மாய், கொசு மூட்டுப்பூச்சி முதலிய எந்த ஜெந்துக்களுமில்லாத தாய், மடத்திற்கு வெளியே மண்டபம் வேதி (மேடை) முதலி யவற்றால் மிகவும் இரமணீயமாய், நாற்புறமும் சுவரற்றிருந் தப்பட்டதாயிருக்கவேண்டுமென்று ஹடாப்பியாசிகளாகிய சித்த ர்களால் (*) யோகமடத்தின் இவ்விலக்ஷணம் சொல்லப் பட்டி ருக்கின்றது. எ-று.

(*) இவ்வாறே மடத்தி னிலக்ஷணம் சுதாசிவ யோகீந்திரர்களாற் செய்யப்பட்ட சிவயோகதீபிகையிலும், “இயமநியமங்களோடு கூடிய புருஷன் சகலசங்கமும் விட்டவனாய், கல்கியுடையவனாய், சத்தியதரும முடையவனாய், கோபத்தை ஜெயித்தவனாய், குரு சிசுருஷை செய்பவ னாய், பிதாமாதாக்களால் விதிக்கப்பட்டவனாய், தனது ஆசிரமத்திற் குரிய நல்லொழுக்கமுடையவனாய், விந்துவான் (ஞானி) களால் உப

ஹேதோயாமாஸா. | தஸ்யேதேகயிதாஹ்யபூபு
காஸந்தேஹாத்நஃ | "எவனுக்குத் தெய்வத்தினிடத்தில்
மீமலானபக்தியும், தெய்வத்தினிடத்தி லிருப்பதுபோலவே கு
ருவினிடத்திலுமிருக்கின்றதோ, அப்படிப்பட்ட மஹாத்துமா
வுக்கே சொல்லிய இவ்வர்த்தங்கள் பிரகாசிக்கும்" என்று சுவே
தாசுவதரவுபதிஷத்திலும் "சூராய-பூவாந வ-ஸ-ஹேதோ
ஹே-ஆசாரியணையுடைய புருஷன் அறிவான்" என்று சாந்தோக்ஷி
யசுருதியிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கச)

(அ-கை) இனி யோகாப்பியாசப் பிரதிபந்தங்களைக் கூறுக
ின்றார்.

சுத்யாஹாஸ்யபாஸ்ய ப்ரஜஹேநிபதேஹஃ |
ஜநஸம்மஹுரளயூவ ஷஹ்யெபூமொவிநஸூதி || ௫ ||

(இ-ள்) பசிக்கு வேண்டியதைவிடவதிகமான போஜன
ம், சிரமத்தையுண்டாக்குதற்கதுகூலமாகிய வியாபாரம், அதிகப்
பேச்சு, (பிராதக்கால ஸ்நானம், இரத்திரி போஜனம், பலாஹார
முதலிய) நியமத்தைக்கொள்ளாதது, ஜனசங்கம், சஞ்சலத்தன்
மை யென்னுமிவ்வாறிலுமே யோகம் விசேஷமாய்க் கெடுகி
ன்றது. எ-று.

காமமுதலியவற்றை யுண்டாக்குவதாயிருத்தலால் ஜனசங்
கம் பிரதிபந்தகமெனப்பட்டது. (க௫)

(அ-கை) இனியோக சித்தியைத் தருபவைகளைக் கூறுக
ின்றார்.

உத்யாஹாஸ்யாஹ வாரஹேயபூ துத்யோநாஸுநி
ஸூபாக | ஜநஸம்மஹூக்யா மாஸஷஹ்யெபூமொவிநி
யூதி ||

(இ-ள்) உற்சாகம், சாகசம், தைரியம், தத்துவஞானம், நிச்சயம், (*) ஜனசங்கப்பரிந்தியாகம் என்னு மிவ்வாறிலுளும் யோகம் பிரசித்தியாகின்றது. ௭-று.

விஷயத்தில் பிரவிருத்தித்துள்ள சித்தத்தைத் தடுப்பே நென்னும் முயற்சி, உற்சாகம். சாத்தியமாகும் சாத்தியமாகா தென்பதைக் கவனியாமல் திடீரெனப் பிரவிருத்தித்தல், சாகசம். ஜீவனுள்ளவரையிலும் சாதிப்பேனாகவென்னும் துக்கமில் லாமை, தைரியம். விஷயங்கள் கானற்சலம்போல அசத்திய ம்; பிரமமே சத்தியமென்னும் யதார்த்தமாகிய ஞானம், அல்ல து யோகங்களின் யதார்த்தமாகிய ஞானம் தத்துவஞானமாம். சாஸ்திரத்திலும் குருவாக்கியத்திலுமுள்ள விசுவாசமாகிய சி ரத்தை, நிச்சயமாம். இங்கே யோகாப்பியாசத்திற்குப் பிரதி கூலமானவர்களது சங்கம் ஜனசங்கமெனப்பட்டது. (௭௭)

இராமநியமங்கள்.

“கஹிஸா ஸத்யுரிஸ்யம் ஸுஹய்யம் கூரையு
திஃ | டியாஜுவந்திதாஹாரஃ ஸளவந்தெவயபிராடிஸ ||
க || தவஸந்தொஷசூவிக்யம் டாநீஸூரவகுஜமபு |
விபாஹவாக்யஸ வணம் ஹீரிதீவஜவொஹசபு || ௨ ||
நியபிராடிஸஸந்தொஹா யொமஸாஸவீஸாராநெடி ||

(இ-ள்) அஹிம்ஸை (கொல்லாமை), சத்தியம், அஸ்தேயம் (திருடாதிருத்தல்), பிரமசரியம், கூடமை (பொறை), திரு

(*) “சம்சர்க்கத்தால் (சேர்க்கையால்) வெகு தோஷங்களும், சங்க மில்லாமையால் வெகு குணங்களு முண்டாகின்றன. ஆகையால் யதியா னவன் சகலப்பிரயத்தினத்தினாலும் எப்போதும் சங்கத்தை விடவேண் டு”மென்று பிரமஞானநீதித்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

தி (தையம்), தயை, ஆர்ஜவம் (நேர்மை), மிதமான ஆகாரம், செளசமென்னும் இப்பத்தும் (*) இபமமாம்.

(*) இயமம் பத்தினிலக்கணம் வருமாறு:—

(க) வேதத்திற்சொல்லிய பிரகாரமல்லாமல் வேறு எவ்விதத்தினாலும் மனோவாக்குக் காயங்களால் ஹிம்ஸை (கொலை) செய்யாதிருத்தல், அஹிம்ஸை (கொல்லாமை). ஆத்மா எல்லாவற்றிலுமுள்ளது, சேதிக் கப்படாதது, கிரகிக்கத்தகாதது என்னும் புத்தியும் மேலாகிய அஹிம்ஸையெனப்படும்.

(உ) நேத்திரமுதலிய இந்திரியங்களால் கண்டவை கேட்டவைமுதலியவற்றை அப்படியே சொல்லிவிடுதல், சந்தியம். எல்லாமுமாகிய பிரமமே சத்தியம்; மற்றவை அசத்தியமாமென்னும் புத்தியும் சந்தியமாமென்று மேலோர் கூறுவர்.

(ங) அந்நியர்களது துரும்பு இரத்தினம் பொன் முதலிய வெந்தப் பொருளையும் கவர எண்ணாதிருத்தல், அஸ்தேயம் (கள்ளாமை). ஆத்மா வினிடத்து அனாத்மத்தன்மையாக வியவகரியாதிருத்தலையும் அஸ்தேயமென்று ஆத்மஞானிகள் கூறுவர்.

(ச) இருது காலத்தில் தன்மனைவியைப் புணர்ந்து, அந்நியமாதரை மனோவாக்குக் காயங்களால் விலக்கியிருத்தல், பிரமச்சரியம். இதனையே அஷ்டவிதமைதுனமில்லாமை யென்று கூறுவர். பிரமபாவனையில் மனஞ்சரித்தலையும் பிரமச்சரியமென்று கூறுவர்.

(ரு) சத்துருக்கள் முதலியோர்களால் தனக்கு ஓர் துன்பம் வந்தவிடத்தும் கலங்காதிருத்தல், க்ஷமையெனப்படும்.

(சு) வேதத்தினாலேயே சம்சாரம் நீங்கும் வேறுவிதத்தினால் நீங்காதென்னும் அறிவுண்டாதல், திருதி (நிலையுடைமை). யான் ஆத்மா அந்நியமல்லன் என்னும் உறுதியான எண்ணத்தையும் சிரேஷ்டமான திருதியென்று கூறுவர்.

(ஏ) எல்லாவுயிர்களையும் தன்னைப்போல காணாதல், தயை (இரக்கம்).

(அ) புத்திரமித்திர களத்திராதிகளிடத்தும் பகைவரிடத்தும் தன்னிடத்தும் எப்போதும் சமபாவனைவைத்தல், ஆர்ஜவம்.

தவம், சந்தோஷம், ஆஸ்திக்கியம் (விசுவாசம்), தானம், ஈசுவரபூஜனம், சித்தாந்தசிரவணம், இலஜ்ஜை (நாணம்), மதி, ஜெபம், விரதமென்னும் இப்பத்தும் (*) நியமமாம். எ-து.

(க) யோகத்திற்குகூலமான ஷோஜனத்தை அவாவயித ஆவா மும் கால்வயிறு ஜலமுமாகக் கொள்ளுதல், மீதாநாமம்.

(ஈ) சௌசம் பாகியமாந்தரமென இருவகையாம். அவற்றுள், தன் தேகத்தில் மண் முதலியவைகளிட்டு மலத்தை நீரினாற்றமுடிவது, பாகி ய(வெளி) சௌசம். நான் சுத்தன் என்னும் ஞானம், ஆந்தர(உள்)சௌ சம். இவற்றுள், ஞானசௌசமென்னும் ஆந்தரசௌசத்தைவிட்டுப், பாகியத்தையே பிரதானமாகவுடைய மூடர்கள் பொன்னைக் கைமெய்யிட்டு ஓட்டைக் கிரகிக்கின்றவர்களை ஒப்பர்.

இவ்வியமவிலகடினம், தர்சனோபநிஷத்து, சாண்டில்லியோபநிஷ த்து, சூதசங்கிதை முதலியவற்றிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(*) நியமம் பத்தினிலக்கணம் வருமாறு:—

(க) வேதத்திற் சொல்லியபடி இருச்சிரசாந்திராயண முதலியவ ற்றால் சரீரத்தையுலர்த்துதல், தவம். மோகமென்பது யாது? பந்தமெ ன்பது யாது? இந்தச் சம்சாரம் எப்படி வந்ததென்று விசாரித்தலும் தவ மெனப்படும்.

(உ) கிடைத்ததில் திருப்தியடைதல், சந்தோஷம். பிரமஸைவபரி யந்தமுண்டாகும் அவாவையொழித்து, ஆத்மஞானத்தைப் விஞ்ஞா யிருத்தலும் சந்தோஷமாமென்பர்.

(ஈ) சுருதி ஸ்மிருதிகளிற் சொன்னவற்றை விசுவசித் (சம்பு) தல், ஆஸ்திக்கியம்.

(ச) நியாயமாய்த் தேடிய பொருளை அடியார்முதலியவர்களைக் க ளித்தல், தானம்.

(ரு) தங்களுக்கியன்றபடி பிரமவிஷ்ணு ருத்திராதிகளைப் பூசித்தல் ஈசுவரபூஜை. இராகாதிருணங்களைப்பூசித்து உண்மைபொய்கற்றவனாய் நல்லொழுக்கமுடையவனாய், ஹிம்ஸைமுதலியவைகளில்லாத கர்மத் தைச்செய்தலும் ஈசுவரபூஜை யெனப்படும்.

(சு) சத்தியம் ஞானம் அருந்தம் பரமாத்மநாதவிய இவகளை நடை

(அ-கை) முதலில் ஆசனத்தை எச் சொல்லுவதற் கேதுவை யும், சாமானியமாக ஆசன பலத்தையுங் கூறுகின்றார்.

யது பிரத்தியஸ்கு (அந்தராத்மா) என்றறிவது, வேதாந்தசிரவணமென் னும் சித்தாந்தசிரவணமாம்.

(எ) வைதிக லௌகிக மார்க்கங்களுக்கு விருத்தமாகிய கர்மங்களி ற் பிரவிருத்திக்க நானுதல், இலஜ்ஜையா (நாணமா)ம்.

(அ) சகல வைதிக கர்மங்களிலு முண்டாகும் சிரத்தை, மதியாம்.

(க) வேதத்திற் சொல்லியபடி மந்திரங்களை அப்பியசித்தல், ஜப ம். கற்பகுத்திரம், வேதம், தருமசாஸ்திர புராணேதிகாசங்களென்னு மிவற்றை யப்பியசித்தலும், ஜபமெனப்படும். அந்த ஜபமும் வாசிகம் மா னசமென்று இருவகைப்படும். அவற்றுள் வாசிகம் உபாம்சு (பிறர் கா டுக்குக் கேட்காமல் ஜபித்தல்) உச்சம் (உரத்துஜபித்தல்) என இருவ கையாம். மானசம், மனனம் தியானமென இருவகையாம். உச்சத்தை விட உபாம்சு ஆயிரமடங்கும், உபாம்சுவைவிட மானசமாகிய மனனத் தியானங்கள் கோடிமடங்கும் அதிகபலனைத் தருவனவாம். உச்சத்தினு ல் பலன் உண்டாவதாயிருந்தாலும் அது நீசர் காதிற்படுமாயின் நிகழ் பலமாகும்.

(ஐ) வேதத்திற்கடறிய விநிரிஷேதங்களை யதுஷ்டித்தலாகிய நித் தியகர்மம், விநிதமெனப்படும். இதனை மகமென்றும் கூறுவர்.

இந்நியமவிலக்ஷணம் தர்சனோபநிஷத்து, சாண்டில்லியோபநிஷத் து, சூதசங்கிதைமுதலியவற்றிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. “தேகே ந்திரியங்களிலுண்டாகும் வையாக்கியம் இயமமென்று விவேகிகளாற் சொல்லப்படும். பரதத்துவத்தில் இடைவிடாதுண்டாகும் விருப்பம், நியமமெனப்படும். சர்வ வஸ்துக்களிடத்தும் உதாசீனமாயிருத்தல், உத்தமமாகிய ஆசனமாம். இந்தச் சகலஜகத்தும் மித்தையாகத் தோற்றது தல், பிராணாயாமமாம். சித்தத்தின் அந்தர்முகந்தன்மை பிரத்தியாகா ரமாம். சித்தத்தின் நிச்சயத்தன்மையை தாரணமென்றறிவர். அந்தச் சின்மாத்திரமே நானென்று சிந்தித்தல், தியானமெனப்படும். தியான த்தைச் செவ்வையாய் மறந்தல், சமாதிமெனப்படு மென்றிப்படி இயமா திகளின் இலக்ஷணம் திரிபிது யுபநிஷத்தத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின் றது. இங்கே பப்பந்தாகக் கூறிய இயமநியமங்களை பதஞ்சலிபகவனா லும் மற்றப்புராண முதலி பவற்றிலும் அவ்வைத்தாக அடக்கிச் சொல்ல ப்பட்டிருக்கின்றன வென்பது மருதுதன ராவதிகள் அபிப்பிராயம்.

ஹஸ்யபுஷ்போம்மகூபா லாலநவஞவபூசு - ஹுதேக |
கூபபூதலாலநவெஸ்பபூ ரோரோமயோம்மலாவ
வழி ||

|| ௧௭ ||

(இ-ள்) (ஆசனம், சும்பகமெனுஞ் சித்திரம், முதற்கிரையென்னுங் காரணம், நாதானுசந்தானம் என்று இந்நூலிற் சொல்லப்படும் நாலங்கங்களில்) ஆசனம் ஹடத்திற்கு முதலங்கமாகிறுத்தலால், அது முதலிற் சொல்லப்படுகின்றது. அவ்வாறானம் ஸதிரியத்தையும் (ஸ்திரத்தன்மையையும்), ஆரோக்கியத்தையும், அங்கலாகவத்தை (கனமின்மை) யும் செய்யும். எ-து.

பிரத்தியாகாரமுதல் சமாதிவரையிலுள்ளவைகள் நாதானுசந்தானத்திலடங்கும்; ஆசனம், தேகமனதுகளின் சந்தஸ்தன்மையாகிய இரஜோதருமத்தைக் கொடுக்குந்தன்மையால், ஸ்திரத்தன்மையை யுண்டுபண்ணுகின்றது; “சூலமெநநரஜோஹந்தி - ஆசனத்தால் இரஜோதன்மத்தைக் கொடுக்கின்றான்” என்னும் வாக்கியத்தால்.

சித்தவிசேஷபத்தைச் செய்யும் ரோகமில்லாமை, ஆரோக்கியமாம் - ரோகம் சித்தவிசேஷபத்தைத் தருவதாமென்பது பதஞ்சலி சூத்திரத்திற் “வ்யாயிஷ்யா நஸம்ஸயபுஷோரோகஸ்யா வுதிஸா கிஷயநாஸ்பஹுரீககூப நவஸ்யி சகாமி விதவிசேஷாவஸேதஸாயாஃ || வியாதி, ஸ்தியானம் (யோகாநுஷ்டானசாமர்த்தியமில்லாமை), சம்சயம், பிரமாதம் (இது ஆதும் இது ஆகாதென்பது), ஆலசியம், அவிரதி (சித்தத்திற்கு விசையத்தில் வைராக்கியமில்லாமை), பிராந்திதரிசனம் (விபீதஞானம்), சமாதி பூமிகடையாதிருத்தல், கடைத்தபூமியில் சித்தமதிகையாதிருத்தல் என்னுமிவை சித்தவிசேஷபமென்னும் அந்தஸாய (யோகப்பிரதிபகூ) ங்களாம்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சரீரத்தில் கனமில்லாமை அங்கலாகவ மெனப்படும். இரண்டு கௌரவ (சுண்ணை) வடிவமாகிய தமோதர்மங்களைக் கொடுக்குந்தன்மையும் சொல்லப்பட்டது. சகாரத்தால் (உம்மையால்) பசி விருத்தியாதல் முதலியவைகளுமறிவிக்கப்படுகின்றன.

(௧௭)

ட்கார்ந்திருப்பது சுவஸ்திகாசனமென்று சொல்லப்படும். எ-று.

இங்கே முழந்தாளென்னுஞ்சொல்லால் முழந்தானைச் சம்பந்தித்துள்ள கணைக்கால் கொள்ளப்படுகின்றது. 'ஜம்வொ வெயூ:- கணைக்காலுக்குந் தொடைக்கும்' என்னும் பாடமும் பொருந்தும். "உளந-ஜம்வாரம் தராயாயவ வபேஜா ந-ய்யு மெ | யொயிநொயடிவஸா நம் ஸஸூலிகரதகிடி-வெயூ-யாஃ|| தொடைக்கும் கணைக்காலுக்குந் இடையாகிய முழந்தாள் மத்தியில் இரண்டு பாதங்களையும் வைத்துக்கொண்டு யோகிகளிருப்பதெதுவேர், அதைச் சுவஸ்திகமென்று விவேகிகள் அறிவர்" என்று ஸ்ரீதரால் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (கக)

கோமுகாசனம்.

(அ-கை) கோமுகாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸவெயூடகிணம-ஹம் த- வுஷ்வாஸூபுநிபொ ஜயெக | டிக்ஷிணெவிதயாஸவ்யம் மொகி-வம்மொகி-வாக்யகி: || ௨௦ ||

(இ-ள்) இடது பிருஷ்ட (பின்) பாகத்தில் அதாவது சம்பிரதாயத்தால் கடியின்கீழ்ப்பாகத்தில் வலதுபா (கா) ட்டடையும், அப்படியே வலது பிருஷ்டபாகத்தில் இடது பாட்டையும் செவ்வையாகச் சேர்க்கவேண்டும். இது கோமுகவடிவம் போன்ற கோமுகாசனமாம். எ-று.

இவ்வாசனம் மூலபந்தத்தால் அபானசித்தியைத் தருவதுடன் பகந்தரவியாதியையும் கெடுக்கின்றது. தெளதிநெளலிக்கிரிபைகளின் சித்தியையும் விசேஷமாய்த்தருகின்றது. (௨௦)

வீராசனம்.

(அ-கை) வீராசனத்தைக்கூறுகின்றார்.

வஸகம்பாடி-தமெயகவூலிவ விந்யுஸெடிசுரா-ணிஸூ

தழ் | ஐதாஸிஸ்யாபொர-ஹீஸாஸநதிதீரிதம் |

(இ-ள்) ஒருபாதத்தை ஒருதொடையிலும், மற்றப்பாதத்தில் வேறுதொடையையும் வைத்தல், அதாவது வலது பாதத்தை இடது தொடையிலும் இடதுபாதத்தில் வலது தொடையையும் வைத்தல், வீராசனமெனப்படும். எ-று. (௨௧)

கூர்மாசனம்.

(அ-கை) கூர்மாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ம-ஹீஸாபொர-ஹீஸாஸநதிதீரிதம்
தஃ | கூரீஸாஸநஹீஸாஸநதிதீரிதம்
ஹீஸாஸநதிதீரிதம் || ௨௨ ||

(இ-ள்) இரண்டு பாதகளினாலும் குதத்தை நிரோதித்து(தடுத்து), இரண்டு முழந்தாள்களையும் பூமியில் வைத்து, நிமிர்ந்து செவ்வையாக இருத்தல், கூர்மாசனமாமென்று யோகவித்துக்கள் அறிவர். எ-று.

இவ்வாசனம் என்பது வாததோஷங்களையும் நெடுப்பதாம். (௨௩)

குக்குடாசனம்.

(அ-கை) குக்குடாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வஜ்ஜாஸநஹீஸாஸநதிதீரிதம்
தஃ | வஜ்ஜாஸநஹீஸாஸநதிதீரிதம்
வஜ்ஜாஸநதிதீரிதம் || ௨௪ ||

(இ-ள்) தொடைகளின் பேரில் மேல்நோக்கிய பாதங்களாக வைக்கும் பதுமாசனத்தைச் செவ்வையாகச் சேர்த்துக்கொண்டு, முழந்தாளுக்கும் அதாவது முழந்தாளுக்கடுத்த கணைக்காலுக்குந் தொடைக்கும் மத்தியில் இரண்டுக்களையும் நுழை

திருப்ப, பூமியிற் செவ்வையாய் நிறுத்தி மேலெழும்பியிருத்தல் பதுமாசனம் போன்ற குக்குடாசன மெனப்படும். எ-று(௨௩)

உத்தானகூர்மாசனம்.

(அ-கை) உத்தான கூர்மாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

கூகூடாஸ நஸ்யஸ்யோ ரொஹ்யோஸ்யஸ்யோ
யராஸ்ய | ஹவெதகூரீஸ்யோ தாந வந தகூதாநகூரீஸ்ய
கூஸ்ய | | ௨௪ |

(இ-ள்) முன்குலோகத்திற் கூறிய குக்குடாசன பந்தத்தினி ருந்துகொண்டு, இரண்டு புஜங்களாலும் கழுத்தை நெருக்கிக் கூர்மத்தைப்போல உத்தானம் (ஒட்டியிருத்தல்) எதினாலுண் டாகிறதோ, அது உத்தானகூர்மக மெனப்படும். எ-று (௨.௪)

தனுராசனம்.

(அ-கை) தனுராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வாஹோமஹோஸ தவாணிஹோமஹோஸவாஸவா
வயி | யதவாஸகூரீஸ்யோஸ்யோஸ்யோஸ்யோஸ்யோஸ்யோஸ்யோ
தெ | | ௨௫ |

(இ-ள்) கைகளால் இரண்டு காற்பெருவிரல்களையும் பிடித்துக், காதுவரையிலும் வில்லைப் போல இழுக்கவேண்டும். அதவா து பெருவிரலைப் பிடித்திருக்கும் ஒருகையை நீட்டிக்கொண்டு, பெருவிரலைப் பிடித்திருக்கும் மற்றொரு கையைக் காது வரையி லும் இழுக்கவேண்டுமென்பது பொருள். இது தனுராசனமெ னப்படும். எ-று.

இவ்வாசனம் ஆஸ்யத்தைக்கெடுப்பதாயும், கபாதிதேரஷ ங்களை ஜெயிப்பதாயும், மலசத்தியைத்தருவதாய் மிருக்கின் றது. (௨௫)

மச்சேந்திராசனம்.

(அ-கை) மச்சேந்திராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வாரோரா-கேசுராவிபு தக்ஷவாடிஜாநொவபுஹி
வெபுஷிதவாடிவாடிபு | ப்ரஹ்மஜிஜெஷுதரிவகிபு
தாமஃ ஸ்ரீகேசுநாயொடிதரோஸநஸ்யாஸ || ௨௯ ||

(இ-ள்) இடதுதொடையின் மூலத்தில் வைக்கப்பட்ட வலது
பாதத்தை (சம்பிரதாயத்தால் பின்புறமாகச்சென்ற இடதுகை
யினால் குதியின் மேற்பாகத்தை)ப் பிடித்துக்கொண்டு, வலது
முழந்தாளுக்கு வெளியில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் இடது பாதத்
தை (இடது முழந்தாளுக்கு வெளியிற் சுற்றிய வலது கையினால்
இடதுகாற் பெருவிரலை) ப் பிடித்துக்கொண்டு, இடது பக்க
ம் பின்புறமாய் முகமிருக்கும்படி திரும்பிய அங்கமாக இருக்க
வேண்டும். இவ்வாசனம் மச்சேந்திரநாதரார் சொல்லப்பட்ட
ஆசனமாகின்றது. எ-று.

இவ்வாசனம் மச்சேந்திரநாதரால் சொல்லப்பட்டமையா
ல் அவர் பெயரால் வழங்கப்படுகின்றது. இப்படியே வலது
தொடையின் மூலத்திற்சேர்க்கப்பட்ட இடது பாதத்தைப் பி
ன்புறமாய்ச் சென்ற வலது கரத்தார் பிடித்து, இடது முழந்தா
ளுக்கு வெளியிற் சூழ்ந்த வலதுபாதத்தை வலதுமுழந்தாளுக்
கு வெளியிற் சூழ்ந்த இடதுகையினார் பிடித்து, வலப்பாகமா
ய் முகம் பின்புறமிருக்கும்படி திரும்பிய அங்கமாகவும் அப்பி
யாசிக்கவேண்டும்.

(அ-கை) மச்சேந்திராசனத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

கேசுஜேவீரோஜாபுஜீவா ப்ரஹ்ம-மஹேஸ்வர
வநாஸூர! ஸஹ்யாஸதபூக-ஹிநீப்ரவொயஹஜேஷி
நாஸூரவாதிவ-ஹா || ௩௦ ||

(இ-ள்) பிரசண்ட (சகித்தற்கரிய) ரோகச்சூட்டங்களைக் கண்டித்தலில் அஸ்திரம் போன்றிருக்கும் மச்சேந்திராசனம், தினந்தோறும் ஆவர்த்தனம் செய்தலாகிய அப்பியாசத்தால் புருஷர்களுக்கு ஜடராக்கினியின் விருத்தியையும், குண்டலினியென்னும் ஆதாசக்தியின் விழிப்பையும், (அண்ணத்தின் மேற்பாகத்தில் நித்தியம் அசைந்து கொண்டிருக்கும்) சந்திரானது ஸ்திரத்துவத்தை (அசைவின்மையை) யும் தருகின்றது. எ-று. (௨௭)

பச்சிமதான ஆசனம்.

(அ-கை) பச்சிமதான ஆசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வ்லாபபுவாடிளஹவிடிஹராவள றோஹபாஹ
வடாமுஜிதயஹயஹீகா | ஜாநாவரிநய ஹயூ
புடேஸொ வஸெடிஹவஸ்திரதாநரஹஃ || ௨௮ ||

(இ-ள்) பூமியில் தண்டவடிவமாக இரண்டு குதிகளையும் சேர்த்துப் பாதங்களை நீட்டிக், கைச்சுட்டு விரல்களால் காற்பெருவிரல்களைப் பலமாக இழுத்துப் (முழந்தாளின் கீழ்ப்பாகம் பூமியினின் நெழாதவண்ணம்) பிடித்துக்கொண்டு, முழந்தாளின் மேல் நெற்றியை வைத்துக்கொண்டிருத்தல்வேண்டும். இதைப் பச்சிமதானாசனமென்பர். எ-று. (௨௮)

(அ-கை) இனி அதன்பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

உதிவஸ்திரதாநரஹநாமுபாஹ வவநவஸ்திரவா
ஹிநஹரோதி | உடியஹரஹநவஸ்திரஹரஹ
ரோகஸ்திரஹரஹதாஹவஹஸா || ௨௯ ||

(இ-ள்) இப்படி முற்கூறிய ஆசனங்களில் முக்கியமாகிய பச்சிமதானாசனமானது பிராணனைப் பச்சிமமென்னும் சுழிமுனைமார்க்கமாய்ச் செல்வதாக்குகின்றது. ஜடராக்கினியையும் விருத்தி செய்கின்றது. அன்றியும் உதரத்தில் (மத்தியப்பிரதேசத்

தில்) கிருசத்துவத்தை (மெலிவை)யும், ரோகமின்மையை (ஆரோக்கியத்தை)யும் செய்கின்றது. எ-று.

சகாரத்தால் (உம்மையால்) நாடியின் நிமிர்ச்சிமுதலியவற்றின் சமத்தன்மையையும் செய்கின்றது என்று கொள்க. (௨௬)

மயூராசனம்.

(அ-கை) மயூராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

யராசிவஷ்ட ஹ்ருகர உயெ ந தக்ஷதவ புரஸூர வித
நாசிவாஸுடும் | உஜூஸநொநாடிஸவடிஸி தஃஸுர ந
யௌரெத தவடிஸிவீஃ || ௩௦

(இ-ள்) விரல்களை விரித்து, இரண்டு கைகளையும் பூமியிலுன்றி, நாடியினிருபக்கங்களினும் முழங்கைகளை வைத்து, உயர்க்குத் துசனமாகத் தண்டத்தைப்போல எழும்பி நின்றலை மயூராசனமென்பார். எ-று. (௩௧)

(அ-கை) மயூராசனத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஹர திலகஹொர மா நரஸ-ம-ஹொர ஹர தி
ஹதிவடிஃ ஷாநாஸநம் ஸ்ரீஸிவௌ || ஸஹ-ஹஸ
நஹ-ஹம் ஹஸக-ய-பூரஹஸஹம் ஜதயதிஜொர ஹி
ஜாரயெ தாகுகுடி || ௩௧ ||

(இ-ள்) மயூராசனம் குன்மம், ஜலோதர முதலிய சகல ரோகங்களையும் கெடுக்கும். வாதபித்த கபங்களும், ஜாஸியத்தைத் தருபவைகளுமாகிய தேகாஷங்களைத் தீரஸ்கரிக்கும். அது கமாய்ச் சாப்பிட்ட தீயந்த அன்னங்களெல்லாஸற்றையும் பஸ்மமாக்கும். ஜடரர்க்கினியை யுண்டாக்கும். காளகடத்தைப் போல அபகாரத்தைச் செய்கின்ற அன்னங்களையும் ஜீர்ணமாக்கும். எ-று. (௩௨)

சவாசனம்.

(அ-கை) சவாசனத்தையும் அதன்பலத்தையும் கூறுகின்றார்.

உதா நஸாவவஹுஜேள ஸய நஃதஹ்வாஸ நடி | ஸவா
ஸ நஸாநிஹரஃவி தவிஸாநிகாரகஃ || ௩௨ ||

(இ-ள்) மரித்த சரீரத்திற்குச் சமமாக முதகு பூமியிலெ
ட்டியிருக்கும்படி நித்திரையிற் போலப் பொருந்தியிருத்தல், ச
வாசனமாம். இச்சவாசனம் ஹடாப்பியாசததாலுண்டாகும் இ
ளைப்பைத் தீர்ப்பதாயும் சித்தத்திற்கு விராந்தியைத் தருவதாயு
மிருக்கின்றது. எ-று. (௩௩)

(அ-கை) இனிச்சொல்லப்படும் நான்காசனங்களின் மேன்
மையைக் கூறுகின்றார்.

உதாஸ த்யாஸ நாநி ஸிவெ நகயி தாநிவ : தெ
ஹுஸ தஹுஜோஜாயஸாரஹுதஃஸ வீஜேஹு || ௩௩ ||

(இ-ள்) ஈசவரனால் எண்பத்துநான்காசனங்களும் அவற்றி
னிலக்ஷணங்களும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் மி
க்க சாரபூதமாயுள்ள நான்காசனங்களைக் கிரகித்து மான் சொல்
லுகிறேன்- எ-று.

அவற்றி னிலக்ஷணங்களுமென்பது சகாரத்தால் (உயர்மை
யால்) வருவிக்கப்பட்டது. அது கோரக்கநாதரால் “சுருஸ நா
நிவ தாவனியாவஃத்யாஜீவஜாதயஃ | ஸனதெஷாஜேபிரா
நெஜா நிஜாநாதிஜேஹுஸாரஃ || உதாஸ திகக்ஷாணி வ
கெகஸஸஜேஹுதடி | ததஃஸிவெ நவீரா நானெஷாஸ
ஸா நஸாதஃக்யதடி | ஜீவஜாதிகளெவ்வளவோ, அவ்வளவாச
னங்களிருக்கின்றன. அவற்றி நெல்லாப்பேதங்களையும் மகே
சுவரர் அறிகின்றார். எண்பத்துநான்கு லக்ஷணங்களில் லக்ஷண ஆக்
கொவ்வொன்று செவ்வையாக உதாரிக்கப்படுகின்றது. ஆகை
யால் ஈசவரனால் எண்பத்துநான்கு ஆசனங்கள் கூறப்பட்டிருந்
தின்றன” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௩௪)

முத்தி, வலது பாதத்தை உபஸ்தத்திற்கு மேற்பாக (இலிங்க) த்திற்றிடமாக அழுத்தவேண்டும். இருதயத்தில் மோவாய்க்கட்டையைச் செவ்வையாக நிறுத்தி [மோவாய்க்கட்டைக்கும் இருதயத்திற்கும் நாலங்குல மிடையிருக்கும்படி செய்து என்பது இரகசியம்], இந்திரியங்களை விஷயங்களினின்றும் தடுத்து அசைவற்ற பார்வைவாய்ப் புருவமத்தியிற் பார்க்கவேண்டும். பிரசித்தமாகிய இது மோஷ்டபாடத்தின் (பிரதிபந்தகத்தின்) பேதத்தை (நாசத்தை) யுண்டாக்கும் சித்தாசனமென்று சொல்லப்படுகின்றது. ஏ-று.

சித்தர் (யோகி) களது ஆசனம், சித்தாசனமாம். “சூ ஷ்டதூரஸ்யுதௌநெநநதிவாசுலதௌ- இதில் உட்காருகின்றார்கள் அல்லது இதனால் உட்காரப்படும். ஆதலால் ஆசனமெனப்படுகின்றது.” (௩௫)

மதாந்திரசித்தாசனம்.

(அ-கை) மச்சேந்திரருக்குச் சம்மதமாகிய சித்தாசனத்தைக்கூறி, அன்னியருக்குச் சம்மதமுள்ள ஆசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜேஹ்ரஹ்வரிவிந்யஸ்ய ஸவ்யௌஹௌதயோவ
ரி | மஹௌதரஹ்நிக்ஷிவ்யஸிபாலநபிஹ்வெஸு ||

(இ-ள்) உபஸ்தத்திற்கு மேற்பாகத்தில் (இலிங்கத்தின்மேல்) இடது பாட்டைச் சேர்த்து, அப்படியே முக்கியமாகிய இடது பாதத்தின்பேரில் வலது பாட்டைச்சேர்த்து இருக்கவேண்டும். இது சித்தாசனமாம். ஏ-று.

இந்தச் சித்தாசனம் மதாந்திர சம்மதமாகையால் பேதமில்கை யென்பது பொருள்.

(அ-கை) அவற்றுள் முதலாவது பஹாசித்தர்களுக்குச் சம்மதமாகமென்பதை விளக்கும்பொருட்டு, இதன் (சித்தாசனத்தின்) மதபேதங்களையும் நாமபேதங்களையும் கூறுகின்றார்.

வளதக்ஷிபாலநஹு- நடுநடுவஜாலநவி
 டு-ஃ | 3-தூலநவஹு-தெ-கெ-வூ-ஹ-ம-பூ-தூல
 நஹு-ஹு |

|| ௩௭ ||

(இ-ள்) முற்கூறிய இதைச் சித்தாசனமென்று சிலர் கூறுகின்றனர். அன்னியர் வஜ்ஜிராசனமென்றறிகின்றனர். சிலர் முக்தாசனமென்று கூறுகின்றனர். வேறுசிலர் குப்தாசனமென்று சொல்லுகின்றனர். எ-று.

இங்கே ஆசனத்தையுணர்ந்தவர்கள் இடது காற்பாட்டையோனிஸ்தானத்திற் சேர்த்து, வலதுகாற்பாட்டை உபஸ்தத்தின்பேரில் வைத்தலைச் சித்தாசனமென்றும், வலது காற்பாட்டையோனிஸ்தானத்தில் வைத்து, இ-து காற்பாட்டை உபஸ்தத்தின்பேரில் வைத்தலை வஜ்ஜிராசனமென்றும், வலதுகாற்பாடு இடது காற்பாடு இரண்டையும் மேலுங்கீழுமாகச் சேர்த்து யோனிஸ்தானத்தில் வைத்தலை (*) முக்தாசனமென்றும், மேலுங்கீழுமாகச் சேர்க்கப்பட்ட இரண்டு பாதிகளையும் உபஸ்தத்தின்மேல் வைத்தலைக் குப்தாசனமென்றுங் கூறுவர். (௩௭)

(அ-கை) இனி ஏழுசுலோகங்களால் சித்தாசனத்தைக் கீர்த்திக்கின்றார்.

யடுஷிவரீதாஹா 3ஹிஸாஹிபடுஷிவ | 3-
 வு-ஸவ-பூலநடுஷு-க-வரி-பூ-பூலநவி-ஃ ||

(இ-ள்) இயமங்களில் மிதாகாரமும் நியமங்களில் அஹிம்சையும் முக்கியமாதல் போல, எல்லா ஆசனங்களிலும் சித்தாசனம் ஒன்றே முக்கியமானதாமென்று சித்தர்க ளறிகின்றனர். எ-று.

(*) இடதுகாற் பாட்டாற் சீவனியையமுத்திவலதுகாற் பாட்டை அப்பாட்டின்கீ முந்தவைத்தல், முக்தாசனமாமென்றுங் கூறுவர். இவ்விரண்டு விதத்தையும் சூதசங்கிதை யிற்காண்க.

மிதாசாரம், “ஸ-ஹி மஃய-நா ஹஸ-” என்பவற்றற்ற
(58-வது சுலோகத்தாற்) சொல்லப்படும். (௩௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

உத-நஸீ திவீரெஷ- லிஜநெவஸாஹஜ்ஜெஸ |
அரஸத-திலஹஸாணா நாநீ நாரிஞ்சொயநழ |

(இ-ள்) என்பத்துநான்காசனங்களில் சித்தாசனத்தை
யே பெப்போதும் அப்பியசிக்கவேண்டும். அது எழுபத்திரா
யிரம் நாடிகளின் மலத்தையும் சோதிப்ப(சுத்திசெய்வ)தாயிரு
க்கின்றது. எ-று.

சித்தாசனத்தையே எப்போதும் அப்பியசிக்கவேண்டு
மென்பது (*) ஹேதுகார்ப்பவிசேஷணம். (௩௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

சூதயூயீரிதாஹாநீயாவநீ அரஸவதநழ | ஸா
லிஜரஸநாஹஜாலரஜேரநீநிஷதிரிஷ-யாச | ௪0 |

(இ-ள்) ஆத்துமாவைத் தியானிப்பவனும் மிதாஹாமுள்
ளவனுமாய்ப், பன்னிரண்டுவருஷம் வரையில் எப்போதும் சித்
தாசனத்தையே அப்பியசித்தலால் யோகி (யோகாப்பியாசி),
யோகசித்தியை யடைகிறான். அதாவது வேறு யோகாப்பியா
சமின்றிச் சித்தாசனத்தின் அப்பியாசமாத் திரத்தால் சித்தியை
யடைவானென்பது பொருள். எ-று. (௪0)

(அ-கை) இதுவுமது.

கிரெநெ நெ வபுஹ-ஹிவீரெஷ- லிஜெவலிஜரஸ
நெஸதி | ப்ராணாநிஞ்சொவயாநெ வஜெகெவய
க-ஹெகெ | | ௪௧ |

(*) ஹேதுவை (காரணத்தை) க் கார்ப்பத்தில் (மத்தியில்) உடை
ய-விசேஷணம் (அடை), ஹேதுகார்ப்பவிசேஷணமெனப்படும்.

(இ-ள்) சித்தாசனம்: சித்தித்தால் சாவதானமாகிய பிராண வாயு கேவலகும்பகத்திற் கட்டுப்படும். கட்டுப்படுமாயின் மற்ற அநேக ஆசனங்களா லென்ன பிரபோசனம்? (ஒன்றுமில்லை.) எ-று. (சக)

(அ-கை) இதுவுமது.

உத்பூதெநிராபாலாஸுயடுவொநூநீகரா | த
யெசுலிநெவடிபெலிபெலிபாலநலதி | வ
யதயநிதாபாலா தயடுவொவஜாயதெ | | சஉ |

(இ-ள்) உன்மனியவஸ்தையாகிய கலை வருத்தமில்லாமல் தானே யுண்டாகின்றது. முற்கூறியவண்ணம் சித்தாசனமொன்றே திடமாகச் சேர்க்கப்படுமாயின், (“வாஷிபுஷாநெநலவீய்யுயொநிராக-ஹயெபூ-டி-குதியால் யோனியைச் செவ்வையாகப் பிடித்துக் குதத்தைச் சுருக்கவேண்டும்” என்று இனிச்சொல்லப்படும் மூலபந்தமுதனியவற்றிலுண்டாகும்) வருத்தமில்லாமல் அந்த மூன்றுபந்தங்களும் அவயமாகவே (தாமே) யுண்டாகின்றன. எ-று.

சந்திரரோகையைப் போல சந்தோஷத்தை யுண்டுபண்ணுவதாயிருத்தலால் உன்மனியைக் கலையென்றார். (சஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

நாலநலிபலடிஸா நக-ஹ-கெவொவடி |
நவெயரீஸரி-டி-நநாடிஸடிஸொய: | சக |

(இ-ள்) சித்தாசனத்திற்குச் சமமான ஆசனமுமில்லை. கேவல கும்பகத்திற்குச் சமமான கும்பகமுமில்லை. கேசரிமுத்திரைக்குச் சமமான முத்திரையுமில்லை. நாதத்திற்குச் சமமான இலயமுமில்லை. எ-று.

பதுமாசனம்.

(அ-கை) இனிப் பதுமாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

னிநிருபுறத்திலுமிருக்கும் (*) மூலத்தில் நானினால் ஸ்தம்பி
த்து, மார்பில் மோவாய்க்கட்டையை வைத்து, மெல்ல மெல்ல
(†)வாயுவை யெழுப்புதல் சர்வவிபாதிகளையும் நாசஞ் செய்யும்
பதுமாசனமெனப்படும். (பாக்கியஹீனர்களாகிய) எவர்களா
லும் அடைதற்கரிதாம். ஆனால் புவியில் புத்திமான்களால
டையப்படுகின்றது. ஏ-று.

யதார்த்தமாக ஜிவ்ஹாபந்தத்தினாலேயே மூலபந்தம்
செய்யப்பட்டதாமென்று ஹடாகசிபத்தை யறிந்தவர் கூறு
வர். (சுரு-சுக்-சுஎ)

(அ-கை) இதுவும் மஹாயோகிகளுக்குச் சம்மதமாமென்ப
தை விளக்கும்பொருட்டுப், பதுமாசனத்தில் வேறு செய்கை
பேதத்தையுங் கூறுகின்றார்.

கூர்வாஸவஹி தளகரளடிபுதரஃ வ்யூதஃவஜி
ஸநஃ மாஸவக்ஷலிலஹியாயவிவஃகஃ யூரயஃஸுத
ஜெதவலி | வாரஃவாரகிவா நகிபுபுநிதஃ வெரஃ
ரயநுவலரிதஃ நுஃவநாணஃ-வெகிவெரயகிதஃ
வஃபகிவஃ மாவாஹரஃ ||

|| ௪௮ ||

(இ-ள்) பதுமாசனத்தை மிகத்திடமாகச் சேர்த்துக், கை
களைச் சம்புடமாகச் செய்து மடியில் வைத்து, மார்பில் மோவா
ய்க்கட்டையைத் திடமாக நிறுத்தி (ஜாலந்தரபந்தம் செய்து),
அதை(தனது இஷ்டதேவதையாகிய பிரமத்தை)ச் சித்தத்தில்
தியானித்துக்கொண்டு அடிக்கடி அபானவாயுவை மேலெழுப்
பி (மூலபந்தனம் செய்து), சுழுமுனைமார்க்கத்தால் பிராணனை
மேற்கொண்டுபோய்ப் பூரகத்தால் உட்கொண்டபிராணனைக் கீ
ட்செலுத்(பிராணபான ஐக்கியம் செய்) தலால், புருஷன் கு

(†) இந்த ஜிவ்ஹாபந்தம் குருமுகமாக வறியத்தக்கதாம்.

(*) இதனால் மூலபந்தஞ் சொல்லப்பட்டது. இதுவும் குருமுகமா
கவே யறியத்தக்கதாம்.

ண்டலிசத்தியின் பிரபாவத்தால் (சாமர்த்தியத்தால்) நிகரற்ற
ஞானத்தை (*) அடைகிறான். எ-று

“ஓம் தத் சித்திரேபுஸா ஸ்ரஹணவ்யூவியஃஸ்யு கஃ-

பிரமத்திற்கு ஓம் தத் சத் என்று மூன்றுவிதமாகிய நிர்ந்தேசம்
(பெயர்) சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது” என்னும் பகவானது வா
க்கியத்தால் தத்(அது) என்பதற்குப் பிரமமென்பது பொரு
ள். மார்பில் மோவாய்க்கட்டையைத் திடமாக நிறுத்தி யென்
பதற்கு மார்பிற்குச் சமீபத்தில் நான்கங்குலம் இடையுள்ளதா
க மோவாய்க்கட்டையை நிறுத்தியென்று யோகிகளின் சம்பிர
தாயத்தாலறியவேண்டும். பிராணபான லீக்கியத்தால் குண்ட
லினிசக்தி விழிக்கின்றது. குண்டலினிசக்தி விழிக்குங்கால்
பிராணன் சுழுமுனைமார்க்கமாகப் பிரமாந்திரத்தை யடைகின்ற
து. பிரமாந்திரத்தை அடைந்தகாலத்து சித்தத்திற்கு ஸ்திர
த்தன்மையுண்டாகின்றது. சித்தம் ஸ்திரமாகவே, சம்மியமத்
தால் ஆக்துமசாக்ஷாத்காரம் உண்டாகின்றது என்பதுபொ
ருள்.

சு அ

(அ-கை) இதுவுமது.

வஜ்ஜாலநெஸ்யி உதாபொயீ நா யீ ஶாரெணவஹரி
தஸு | ஶார-தஸ்யாரபெஷுஸ- ஸஸி-கௌநாதுஸம்

ஸயஃ |

| சுக |

(இ-ள்) பதுமாசனத்திலிருக்கும். எந்தயோகி (யோகாப்பி
யாசி) பூரகத்தாலுட்செலுத்திய வாயுவைச் சுழுமுனைமார்க்கத்
தால் கபாலத்திற் கொண்டுபோய் ஸ்திரமாக்குகின்றானே, அவ
ன் முக்தனாகின்றான். இதில் சமுசயமில்லை. எ-று. (சுக)

(*) இதை முக்தபதுமாசனமென்றும் பத்தபதுமாசனமென்
றும் சிலர்கூறுவர்.

சிம்மாசனம்.

(அ-கை) சிம்மாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ம-ஹுளவ்யஷணஸ்யாயஃ லீவந்யாஃவாஸ்யப்யோஃ
க்ஷிபெசு | டிக்ஷிணெஸவ்யம-ஹுத- டிக்ஷம-ஹுத-
ஸவ்யகெ || ௫௦ ||

(இ-ள்) பாடுகளிரண்டையும் பீஜத்திற்குக் கீழ்பாகத்தி
லுள்ள நாம்பின் இருபக்கங்களினும் சேர்க்கவேண்டும். அ
தாவது வலதுபுறத்தி லிடதுபாட்டையும் இடதுபுறத்தில் வல
துபாட்டையும் சேர்க்கவேண்டும். எ-று. (௫௦)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹஸுளத-ஜாநாஃஸஃஸாவ்ய லாரம-ஹீஃஸஃ
புஸாயபுய | வ்யாதவகோநிநீகெத நாலாமு
ஸ-ஸரஹிதஃ || ௫௧ ||

(இ-ள்) முழந்தாளின்பேரி விரண்டு கைகளையும் நன்றாய்ப்
பொருந்தும்படியாக வைத்துக், கைவிரல்களைச் செவ்வையாய்
விரித்து, வாய் திறந்து நாக்கை நீட்டிக்கொண்டு, ஏகாக்கிர சித்
தனாய் நாசி நுனியைப் பார்த்திருக்கவேண்டும். எ-று. (௫௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

லிஹாஸநஃஹவெதேத துஜிதமெயாமிவ-ம
வெஃ | வாயதிதயஸாயாநக-நா-தவாஸநா
துஜி || ௫௨ ||

(இ-ள்) யோகசிரோஷ்டர்களால் பூஜிக்கப்பட்டதும், சொ
ல்லப்பட்ட ஆசனங்களெல்லாவற்றினும் சிரோஷ்டமானதுமா
கிய இது சிம்மாசனமாம். இது முன்று பந்தங்களையும் சம
ஸ்திதியாக்குகின்றது. எ-று. (௫௨)

பத்திராசனம்.

(அ-க) பத்திராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

மூலமூலவ்யுஷணஸ்யாபஃ ஸ்வந்யாபவ்யுஷணஸ்யாபஃ
 க்ஷிபெக்ஷி | ஸ்வயமூலமூலவ்யுஷணஸ்யாபஃ
 துக்ஷிணை | | ௩௩ ||

(இ-ள்) பிஜத்தின் கீழ்ப்பாகமாகிய நரம்பிணிநுபக்கங்களி
 லும் காற்பாடுகளைச் சேர்க்கவேண்டும். அதாவது இடதுபு
 றத்தில் இடதுபாட்டையும் வலதுபுறத்தில் வலதுபாட்டையும்
 சேர்க்கவேண்டும். எ-று. | ௩௩ |

(அ-க) இதுவுமது.

வ்யுஷணஸ்யாபஃ ஸ்வந்யாபவ்யுஷணஸ்யாபஃ
 க்ஷிபெக்ஷி | ஸ்வயமூலமூலவ்யுஷணஸ்யாபஃ
 துக்ஷிணை | | ௩௪ ||

மூலமூலவ்யுஷணஸ்யாபஃ ஸ்வந்யாபவ்யுஷணஸ்யாபஃ
 க்ஷிபெக்ஷி | ஸ்வயமூலமூலவ்யுஷணஸ்யாபஃ
 துக்ஷிணை | | ௩௫ ||

(இ-ள்) இருபக்கங்களின் (பாரசங்களின்) சமீபத்திலுள்
 ள இரண்டுபாதங்களையும் இரண்டு கைகளாற் பலமாகச்சேரத்
 து (ஒன்றோடொன்று நெருங்கியவிரல்களுடைய தும்வயிற்றோ
 டொட்டியதுமாகிய கைகளாற்கட்டி) க்கொண்டு இருக்கவேண்
 டும். இது சகலவியாதிகளையும் நாசஞ்செய்யும் பத்திராசனமா
 ம். சித்தர்களாகிய யோகிகள் இந்தப் பத்திராசனத்தைக் (*) கோ
 ரகந்தாசனமென்று கூறுவர்.

(*) இந்நூலிற் சொல்லப்படாதனவாய் உருத்திரயாமளம் ஹ
 டாதநாவளிமுதலியவற்றிற் கூறப்பட்டுள்ள சில ஆசனங்கள் வருமா
 று:—

பெருந் பாலும் கோரக்கா ஸ்பந்திபசிக்கப்பட்டமையால்
இதைக் கோரக்காசனமென்று கூறுவர். (நச, ௮)

(க) வல்லரி:—சமமாகப் பதுமாசனத்திலிருந்து கொண்டு, அப்பா
தங்களையும் தொடையையும் ஒட்டி முழங்கைகளினைவைத்து, இரண்டிகை
களையும் கோர்த்துச் சிரசின் பேரில்வைத்து, மோவாய்க்கட்டையை மார்
பில் பொருந்தச்சேர்த்து, வாயுவை நிரோதித்து, ஏகாக்ரொசித்தமாயிருக்
கவேண்டும். இது வல்லரியாசனம்.

எப்போது சரீரத்திலுதிர்முதித்து மிகுந்ததரமும் வாயுகீழ்ச்
செல்லுதலுமுண்டாகின்றதோ, அப்போது விசேடிகன் மெல்ல இவ்
வாசனத்தை விடவேண்டும். இது மிகவுக்கிரமான சுரத்தைக் கெடுக்
கும். உண்ட அன்னங்களை ஜீரணிப்பித்து ஜடராக்கினியை விருத்தி
செய்யும்.

(உ) விருச்சிகம்:— இரண்டு கைகளையும் பூமியிலூன்றி, இரண்டு
முழங்கைகளையும் விலாப்பக்கத்திற் சேர்த்து, மோவாய்க்கட்டையைக்
கீழேவைத்து. தேனின் கொடுக்குப்போன்றதாக இரண்டு பாதங்களை
யும் சிரசின் பேரில் வைத்தல், விருச்சிகாசனமாம்.

(ஈ) குப்திகம்:— பாதங்களை மூலத்தில் மாறிவைத்து திரியக்
கைப்போலக் கொஞ்சங்குனிந்து முழங்காலில் தலையை வைத்துக்கொ
ண்டிருத்தல், குப்திகாசனம். இது அக்கினியை விருத்திசெய்யும்.

(ச) பாரிசுவோபாநாசனம்:— சமானபூமியில் படுத்துக்கொண்
டு, இரண்டிகைகளையும் இரண்டு விலாக்களினிடையாகிய முதுகிற்சேர்த்
து, ஒன்றை யொன்றாற் செவ்வையாய்ப்பிடித்துக் கொண்டிருத்தல், பா
ரிசுவோபாநாசனமெனப்படும்.

(ரு) யோகாசனம்:— முழங்காலுக்குக்கீழ் யோகப்பட்டையைச்
சேர்த்து, இரண்டுபாதங்களையும் பூமியில்வைத்து, இரண்டு முழங்கைக
ளையும் தொடைகளுக்கு மத்தியில்வைத்து இரண்டு கைகளையும் கன்ன
த்திற் சேர்த்திருத்தல், யோகாசனமெனப்படும். குதந்தரக் கரடுகளா
ல் அழுத்தி நேராக நிமிர்ந்திருத்தலையும், யோகாசனமெனது கூறுவர்.

(ஈ) கபாலாசனம்:— தலைகீழாயிருத்தலாகிய விபரீதகாணியை
க்கபாலாசனமென்றும், அதோமுகாசனமென்றும், ககாசனமென்றும் கூ
றுவர். இக்ககாசனத்தால் சிரமம் நீங்கும். அதனையே மேலும் மேலும்
செய்தலால், விஷயத்தினாலுண்டாகும் சிரமம் நீங்குகின்றது.

(அ-கை) ஆசனங்களிருந்துகொண்டு செய்யவேண்டிய
தைக்கூறுகின்றார்.

(எ) டிட்டிபாசனம்:— கைகளையுன்றி, இரண்டு பாதங்களையும் சி
ரசின்பேரில் வைத்துப் பின்பாகத்தை யுயர்த்துத் தல், டிட்டிபாசனம்.

(அ) பூர்வதானாசனம்:— கால்விரல்களை மடித்துப் பூமியிலுன்
றிக், கடிதடங்களைப் பரடுகளில் வைத்துச், சிரசைக்கைகளாலும் இடை
யை முழங்கைகளாலும் அழுந்தப்பிடித்துக்கொண்டு இடுப்பு நிமிர்ந்திருத்
தல், பூர்வதானாசனம்.

(க) அர்ப்பகாசனம்:— இரண்டுபாதங்களையும் பூமியில் வைத்து
க் கடிதடங்களைப் பூமியில் வைத்தாவது, வைக்காமலாவது, முழந்தா
ள்களின்பேரில் சிரசைவைத்து, முழந்தாள்களை இரண்டுகைகளாலும்
சுற்றிப்பிடித்துக்கொண்டிருத்தல், அர்ப்பகாசனம்.

(க0) காமதகனாசனம்:— துனிவிரல்களைப் பூமியிலுன்றி, முழந்
தாள்களைக் கீழுன்றாமல் குதிகளை யோனியிற் பொருத்தி, ஹம்ஸதண்
டத்தின்பேரில் கைகளையுன்றிப் புருவநடுவை பார்த்திருத்தல் காமதக
னாசனம்.

(கக) கேசரியாசனம்:— பீஜத்தின் கீழ்ச்சீவனியிடத்துப் பரட்
டைவைத்து, முழங்கையை முழந்தாளில்வைத்து, அங்குலியை விரித்து
நாசியைப்பார்த்திருத்தல் கேசரியாசனம்.

(கஉ) சோபாசிரயாசனம்:— யோகப்பட்டை சேர்த்திருத்தல்
சோபாசிரயாசனம்.

(கங) பரியங்காசனம்:— பச்சிமதானவாசனத்தைப் பரியங்கமெ
ன்பதோடு முழந்தாள்களில் கைகளை நீட்டிச்சயனித்தலையும், பரியங்கா
சனமென்பர். சிலர் வீராசனத்தைப் பரியங்காசனமென்றுங் கூறுவர்.

(கசு) பத்தாசனம்:—பிருஷ்டத்தில் இரண்டு பாதங்களையும் வை
த்துப், பிடரியில் இரண்டுகைகளையும் வைத்துக், காயத்தைச்சுருக்கிப்பி
டித்தல், பத்தாசனமாம்.

(கடு) லௌல்யாசனம்:— குக்குடாசனத்திலிருந்து தலையைக்கீ
ழேசாய்த்தல், லௌல்யாசனம். இது சரீரத்திற்கு சிதளத்தையும் கு
ண்டலியின் விழிப்பையுந்தரும்.

வனவலாஸநயஸ்யெஷா யொயீஜெரவிமதஸு ३: ।
சுஹ்யஸௌவிகாஸா-ஜி ३-ஜாஜிவவதகியாடி ॥

(கசு) பத்தயோனியாசனம்:— இலிங்கமென்னும் குற்றயமுதலீ யவற்றைப் பந்தித்தலாகிய யோனியாசனத்தைச்செய்து, உதடுகளைச் சு ண்டுவிரல்களாலும், நாசித்துவாரங்களை மோதிரவிரல்களாலும், நேத்திர ங்களை நடுவிரல்களாலும், காதுகளைச் சுட்டுவிரல்களாலும் மூடுதல், பத்த யோனியாசனம்.

(கஎ) பேகனாசனம்:— இரண்டுபாதங்களையும் தோளின்மேல் வைத்து, அப்பாதங்களின்மேல் இரண்டுகைகளையும் வைத்திருத்தல், பே கனாசனம்.

(கஅ) மகாபேகாசனம்:— சர்வாங்கங்களையும் ஆகாயத்தில் உயர் த்துதலாகிய கேசராசனம், மகாபேகாசனமெனப்படும்.

(கக) பிராணாசனம்:— ஒருபாதத்தைத் தொடையிலும் மற்றப் பாதத்தைத் தோளிலுமாகச் சேர்த்திருத்தல், பிராணாசனம். இதுசகல சித்திகளையும் தரும்.

(உ௦) அபானாசனம்:—மூலத்தினின்றும் வாயுவை யெழுப்பிப் ப ரவச்செய்து, பிரயத்தினத்தால் ஒருபாதத்தைத் தோளில்வைத்து, மற்றொருபாதத்தால் நின்றல், அபானாசனம். இது சர்வபூரகங்களுக்கும் ஆ சிரயமாம்.

(உ௧) சமானாசனம்:—ஒரு பாதத்தைத் தொடையில்வைத்து, மற்ற பாதத்தைக் குற்றயமாகிய இலிங்கத்துவாரத்திற் சேர்த்தல், சமானாச னமாம்.

(உ௨) பைரவாசனம்:— கரடுகளிரண்டையும் ஒன்றோடொன்று சேர்த்து நேராகநிமிர்ந்து, முழந்தாள்களுக்குப் பக்கத்தில் இரண்டுகை ளையும் தண்டம்போல் வைத்திருத்தல், பைரவாசனம்.

(உ௩) மணிகோசனம்:— கரடுகளிரண்டினாலும் பிருஷ்டத்தைச் செவ்வையாயமுத்தி முழந்தாள்களை எறிவலையவடிவமாய் வைத்துச், கைகளைப் பாதங்களில் வைத்திருத்தல், மணிகோசனம்.

(உ௪) மரீக்டாசனம்:— கைகளாற் பாதங்களைச் செவ்வையாய

(இங்) இப்படி ஆசனங்களிலிருந்து சிமந்தங்கிய யோகத்தின் கட்டிகளின் சித்தியையும், “புராணவெழிப்பாவி வெணியரிதம்” என்று (இரண்டாமுபதேசத்தின் ம-வது சுலோகத்திற்) சொல்லப்படும் முக்திரையை ஆதியாகவுடைய சூரியபேதமுதலிய பிரணவாயுக்களின் கிரியைகளை (பிராணாயாமத்தையும்) அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று. (௫௫௨)

முத்திப், பாதமத்தியில் சிரசை விற்போல் வைத்து, அங்குஷ்டங்களைத் திடமாகப் பிடித்துக் கொண்டிருத்தல், மர்க்கடாசனம்.

(௨௫) ஏகபாதவாசனம்:— ஒரு பாதத்தை நீட்டி, மற்றப்பாதத்தைக் கழுத்தின்பேரில் வைத்து, இரண்டிகைகளையும் கோர்த்து, அதின் மேல் வைத்துக்கொண்டிருத்தல், ஏகபாதவாசனம்.

(௨௬) பணீந்திராசனம்:— இரண்டு கால்களையும் சுற்றிக்கொண்டு இரண்டு கைகளில் நின்றல், பணீந்திராசனம்.

(௨௭) யோகநீந்திராசனம்:— கால்களால் கழுத்தைச் சுற்றிக், கைகளைப் பின்புறம் கட்டிக்கொண்டு சயனித்தல், சுகத்தைத்தரும் யோகநீந்திராசனமாம்.

(௨௮) சுகாசனம்:— எப்படியிருந்தால் ஸ்திரமும் சுகமு முண்டாகுமோ, அப்படியிருத்தல் சுகாசனம். இதை அசக்தன் ஆசிரயிக்கவேண்டுமென்று தரிசனோபநிஷத்திலும் சூகசங்கிதையிலும் சொல்லியிருக்கின்றது.

(௨௯) தண்டாசனம்:— உட்கார்ந்து விரல்களையும் பரிகளையுஞ்சேர்த்துத் தொடை கணைக்கால் பாதமென்பவைகளைப் பூமியிற் பொருந்த நீட்டித், தண்டத்தைப்போற் சயனித்தல், தண்டாசனம்.

(௩௦) சக்கிராசனம்:— வலதுகாற்பாட்டில் இடதுதொடையை யும் இடதுபாட்டில் வலதுதொடையையும் வைத்து உடல்நிமிர்ந்திருத்தல், வராஹோபநிஷத்திற் கூறிய சக்கிராசனமாம்.

(௩௧) அர்த்தாசனம்:— வீராசனமே ருத்திரகீதையில் அர்த்தாசனமென்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(௩௨) உத்கடாசனம்:— இதை இத்தாலில் பஸ்திகர்மங் கூறியவிடத்துக் காண்க.

(இ-ன்) கைப்பு (பாகல் முதலியன), புளிப்பு (புளிமுதலியன), உறைப்பு (மிளகாய்முதலியன), உப்பு, உஷ்ணம் (வெல்லமுதலியன), கீரை, காடி, தைலம் (என் கடுகுமுதலியவற்றின் நெய்), என், கடுகு, கள், மீன், ஆடுமுதலியவற்றின் மாமிசம், தயிர், மோர், கொள்ளு, இலந்தைப்பழம், பிண்ணாக்கு, பெருங்காயம், வெள்ளைப்பூடு முதலியவற்றை யோகிசூருக்கு(*) அபத்தியமென்று கூறுவர். எ-று.

ஆடுமுதலியவற்றின் என்பதிலுள்ள முதலிய வெணுஞ்சொல்லால் பன்றி முதலியவற்றின் மாமிசங்களும் கொள்ளப்படும். வெள்ளைப்பூடு முதலியவற்றை யென்பதிலுள்ள முதலியவெணுஞ்சொல்லால் வெண்காயமும், மதத்தை யுண்டிபண்ணும் திரவியங்களாகிய உளுந்தன்னமுதலியவைகளும் கொள்ளப்படும். (ருசு).

(அ-கை) இதவரது.

வொஜநகிஹிதஸ்விஜா து காமெஸ்யாஸீ சுசுசு
ராகுஷு ॥ ககிசூருவணகீபுபுசுசு நகரவொசுசுசு
ஜுபு ॥ ௧௦ ॥

(இ-ள்) மறுபடியும் சுடவைத்த பேருப்பு அன்னம் சொட்டிமுதலிய) வைகளும், நெய்முதலியவையில்தாவைகளும், அதிகஉப்புள்ளதும், புளிப்புத்திரவியங்களோடு கூடியதும் தீயந்த அன்னமும், (விதிக்கப்பட்டவற்றிற்குநியமாவியுச்சோனம் வசுருமுதலிய) தானியங்களும், உறைப்புள்ளது (மிககாரமுள்ள மிளகாய் முதலியவு) மாகிய இவைகள் தள்ளத்தக்கனவாம். எ-று.

* “யோகவிக்கினத்தைச் செய்யும் ஆகாரங்களாகிய உப்பு, கடுகு, புளி, உஷ்ணமானது, நெய்முதலியவில்தாவது, உறைப்புள்ளது, காய்கிரையாதிகள், பெருங்காய முதலியன வெணுமிவற்றை யோகாப்பியாகி விலக்கவேண்டும். பிராதஸ்நானம் உபவாசமுதலிய காயக்கிலேச விபவகாரங்களையும் விலக்கவேண்டும்” என்று யோகதந்துவோபதிஷத்திலும் கூறியிருக்கின்றது.

அதிக உப்புள்ளது என்றதனால் உப்பு எதிவதிகமாயிருக்கின்றதோ அதி; அல்லது உப்பையதிகரித்த எவகூடாமுதலியனவாம். இதில் உப்பு முற்றிலும் தள்ளத்தக்கதாயிப்பதால், இரண்டாம்பகூதம் நன்று. (*) அப்படியே தத்தாத்திரேயரால் “கூபவஜ்ஜா தீவகூஜா தி யொமவிஷு காராணிவ | உவணஸஷ்டு வஹாஜி சேம 0 தீக்ஷஹா உக்ஷக 0 | 0 கூ.தீவமொஜம 0 துராஜா சிதிநிடி, திவாஷணபு || இனியோகவிக்கினத்தைச் செய்வனவாகிய தள்ளத்தக்கவைகளைச் சொல்லுகின்றேன். அதாவது உப்பு, கடுகு, புன், மிகுந்த உறைப்பு, நெய்யில்லாதவைகள், அதிகபோஜனம், அதிகநித்திரை, அதிகபேச்சு என்பவைகள் தள்ளத்தக்கனவாம்” என்றும், ஸ்கந்தபுராணத்தில் “த்யுஜெதூபி உவண 0 கூநாமொஜீ ஸதாஹவெஸ || கசப்புப்புளிப்பு உப்பு என்பவற்றைவிட்டு, எப்போதும் பால் போஜனமுடையவனாகவேண்டும்” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. புளிப்புத்திரவியத்தோடு கூடியதும் தள்ளத்தக்கதாமெனின் புளியைப்பற்றிக் கேட்பானேன். இங்கே மூன்றாவதுபாதத்தை (அடியை) “வயுராவாதிவபிண 0 (மாமிசமல்லது பிண்ணாக்கு) என்னும் பாடமாகச் சிலர்கூறுவர். வர்ஜியமென்பதற்கு துஷ்டமென்னும் பாடத்தைக்கொள்ளும்பகூதத்தில் ஊசிய அன்னமுதலியவைகள் அபத்தியமென்று சேர்க்கவேண்டும்.

(அ-கை) இப்படியே யோகிகளா லெப்போதும் தள்ளத்தக்கவற்றைக்கூறி, இனிப்பப்பியாசகாலத்தில் தள்ளத்தக்கவைகளையும், அதில் பிரமாணமாயுள்ள கோர்க்கநாதருடைய வசனத்தையும் கூறுகின்றார்.

வஹிஷ்டீ வயிமெஸவ நரோஜிவஜ்ஜு நரோவரெஸ || க

* அதிகிவுப்புள்ளது என்றமையால் அவசியமானாற் சிறிது உப்புஞ் சேர்த்துக்கொள்ளலா மென்பது சிலர் கொள்கை.

யாஹிமொரகூவவநம் || “வஜ்யமெஜ்ய-ஜ்ய-நவரணம்
வஹிஃவ்யவயிவெவநம் | ப்ராத்தஸூரொநாவவாஸாஹி
காபகௌஸவியிம் தயா ||

|| சு க ||

(இ-ள்) நெருப்புக்காய்தல், பெண்ணைக்கூடுதல், தீர்த்தயா
த்திரை போதலாதிவழிநடப்புமுதலியவற்றின் நீக்கத்தை ஆதி
யில் (அப்பியாசகாலத்தில்) ஆசரிக்கவேண்டும். அதாவது இ
வற்றை நீக்கவைக்கவேண்டும். அப்படியே கோரக்கூறு வாக்கிய
முமிருக்கின்றது:— தூர்ஜனசகவாசமும், நெருப்புக்காய்தலும்,
ஸ்திரீ சங்கமும், வழிநடப்பும், [பிரதமாப்பியாசிகளுக்குச் சீத
(குளிர்) விகாரத்தை யுண்டிபண்ணுவதாயிருத்தலால்] பிராதக்
கால ஸ்நானமும், (பித்தமுதலியவற்றை யுண்டாக்குவதாயிரு
த்தலால்), உபவாசமுதலியவைகளும், (அநேக சூரியநமஸ்காரஞ்
செய்தல் மிகுந்தபாசங்களைச்சுமத்தலென்னும்) காயக்கிலேசத்
தைத்தரும் விதி (குரியை) களும் தள்ளத்தக்கனவாம்”. எ-று.

அப்பியாசஞ் சித்தித்தபின் ஒருங்கால் குளிரில் நெருப்பு
க்காய்தலும், கிரகஸ்தன் ருதுகாலத்தில் தனதுமனைவியோடு கூ
டுதலும், தீர்த்தயாத்திரையில் வழிநடத்தலும் கிஷேதிக்கப்பட
வில்லை யென்பது, ஆதியிலென்னும் பதத்தால் குறிப்பிக்கப்ப
ட்டது.

(சு க)

ப த் தீ ய ம் .

(அ-கை) இனி யோகிகளுக்குப் பத்தியத்தைக் கூறுகின்
றார்.

மொயகுஸாலியவஷாஷி கஸொஹநாஹம் கதிரா
ஜ்யவணநவநீதவயி தாரியகுநி : ஸ-ஹீவபெரகுகஹ
வாஹிகவஹஸாவா ச-ஹாஹிஹிவ்யுச-ஹகஹ யஜீதூவ
யுஜ ||

|| சு உ ||

(இ-ன்) (*) கோதுமை, சாவி (நெல்), யவம் (வாற்கோதுமை), அறுபது நாளிற்பயிராகும் (குருவைமுதலிய) தானியங்களென்னு மிவற்றின் சோபனமாகிய அன்னம், பால், நெய், சர்க்கரை, வெண்ணெய், கற்கண்டு, கேன், சுக்கு, பேய்ப்புடல், பஞ்சசாகம், பாசிப்பயறு முதலியன, தோஷமில்லாதஜலமென்னுமிவைகள் இயமத்தையுடையவர்களாகிய யோகீந்திரர்களுக்குப் பத்தியமாம். எ-று.

வவபுரா கரீவாக்ஷ - ஷ்யு 0 வாக்ஷ - ஷ்யு 0 ராக்ஷவ 0 வக 0 |
ஜீவஜீவா வு - ஷ்யு 0 கறிவே நாகவ - ந ந - வா || ஜீவந்தி (ச)

(2) “கோதுமை, பாசிப்பயறு, நெல் என்பவற்றின் அன்னம் யோகவிருத்தியைச் செய்வதாமென்றறிவர்” என்று யோகதத்துவோபநிஷத்திற் உறப்பட்டிருக்கின்றது. அப்பியாசகாலத்தில் முதலில் பாலும் நெய்யும் புசித்தல் நலம். மிதமாய்ப்பாலும் நெய்யும் சாப்பிடுதலால், மலசுத்தியும் மூலபந்தத்தில் சக்தியும் திருப்தியும் பலமுமுண்டாம். பாலில் நீர் கலந்துகாய்ச்சிக் கற்கண்டுசேர்த்துப் பக்குவமாயும் இத்தமாயும் கொள்ளவேண்டும். தனிப்பால் கொள்ளலாகாது. அப்படிக்கில்லையாயின், கற்கண்டு சேர்க்காமல் பாலைமாத்திரம் காய்ச்சிச் சாப்பிடலாம். பசுநெய்யாலாகிய அவிசன்னத்தைச் சாப்பிட்டுக்கொண்டு, எப்போதும் அப்பியாசத்தைச் செய்யவேண்டும். இப்படி உண்மையாய்ச் செய்துகூந்தால், எட்டாவது நாளில் மலசுத்தியுண்டாம். பாலும் நெய்யுமகப்படாத போது, அரிசி பச்சை (பாசி)ப் பயறு முதலியவற்றின் அன்னாதிகளைச் சேர்த்துக்கொள்க.

கும்பகவிருத்தியை யனுசரித்து, மெல்ல மெல்ல ஆகாரத்தைக் குறைப்பது உசிதம்; முதலிற் குறைப்பது உசிதமன்று. அப்பியாசத்தில் கும்பகம் விருத்தியாதலால், கும்பகத்தாலுண்டாகிய அக்கினியாற் கிரமமாக ஜெயிக்கப்பட்ட வாயுவின்வேகத்தினால் அக்கினி ஜெயிக்கப்படுகின்றது. அதனால் எவ்வளவுக்கெவ்வளவு கும்பகம் விருத்தியாகின்றதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு ஆகாரத்தைக் குறைத்தல், சாதகனுக்கு யோகாநுசாரமாக அநுகூலமும், ஆரோக்கியம் உற்சாகம் பலம் தேஜசுமுதலியவற்றை த்தருவதுமாகின்றது. ஆகையால் முதலிற் குறைக்கலாகாதென்பது சநாதனசித்தாந்த முதலிய நூல்களின் கருத்து.

யோகியானவன் கிருஷ்ணபக்ஷத்தின் கிலகிரமமாக ஆகாரத்தைக்

னவும் (நெய்யோடுகூடினவும்), பசும்பால் முதலியவற்றோடுகூடியனவும், (லட்டுமுதலிய) மனதிற்குப் பிரியமுள்ளவைகளும்தாதுவைப்போஷிப்பனவும், யோக்கியமானவைகளுமாயிருக்கும் போஜனமே யோகிகள் புதிக்கவேண்டியதாம். ஏ-று.

மனதிற்குப் பிரியமுள்ளனவும் புஷ்டியைத்தருவனவுமாயிருப்பவைகளிலும் அபத்தியமானவை சாப்பிடத்தக்கவைகளன்றென்பார், யோக்கியமானவைகளுமென்றார். சத்துமா (பொரிமா) முதலியவற்றால் நிர்வாகம் செய்யலாகாதென்பது தாற்பரியம். (௬௩)

(அ-கை) யோகாப்பியாசிகளுக்கு வயதின்விசேஷம், ஆரோக்கியமுதலியவற்றின் அபேகை இல்லையெனக் கூறுகின்றார்.

ய-வாவு ஷோ-திவ்யுஷோவா வ்யாயிதொடி-வபு
வொவிவா | கவ்யுரவா திவி-ரொஷி வவ-யொமெ
வ-த-ஜி-தஃ || || ௬௪ ||

(இ-ள்) தருணனாயினும், விருத்தனாயினும், அதிவிருத்தனாயினும், வியாதியுடையவனாயினும், தர்ப்பலமுடையவனாயினும், அவன் சர்வயோகங்களிலும் (யோகாங்கங்களிலும்) சோம்பவில்லாதவனாய் அப்பியசித்தலால், சித்தியை (சமாதியையும்தன் பலத்தையும்) அடைகிறான்.

ஜீவனத்திற்குச் சாதனமாகிய உழவுவியாபாரமுதலியவற்றில் ஜீவனமென்னுஞ்சொல் பிரயோகிக்கப்படுவதுபோல, நேராகவாவது அல்லது பாம்பரையாகவாவது யோகத்திற்குச் சாதனங்களாகிய யோகாங்கங்களில் யோகமென்னுஞ்சொல் பிரயோகிக்கப்படுகின்றது. (௬௪)

(அ-கை) அப்பியாசத்தினாலேயே சித்தியுண்டாகிறதென்று திடமாகக்கூறுகின்றார்.

சி யாய-கூலுவிஃ ஸுராக்ரீயஸுரயஃவெஃ ।

|| சுச, ௨ ||

(இ-ள்) யோகாநுஷ்டானமாகிய கிரியையுடையவனுக்கு யோகசித்தியுண்டாகுமன்றி, அவ்வநுஷ்டான மில்லாதவனுக்கு எப்படியுண்டாகும். (ஒருவிதத்தானு முண்டாகாதென்பது பொருள்). எ-று. (சுச, ௨)

(அ-கை) யோகசாஸ்திரத்தைப் படித்தல்மாத்திரத்தால் யோகசித்தியுண்டாகாதென்று கூறுகின்றார்.

நஸாஸவாரோடு துணயொமவிஜ்ஜுஜாயதெ||சு ௫||

நவெஷயாரணவீஜ்ஜுகாரணமதவததயா ||சு ௫, ௨||

(இ-ள்) (*) 'யோகசாஸ்திரத்தைப் படித்தல்மாத்திரத்தால் யோகசித்தியுண்டாகிறதில்லை.

(*) அப்பியாசமில்லாதவனுக்கு வீண்வார்த்தைகளாற் சித்தியுண்டாகாதாகையால் சகலபிரயத்தினத்தி (முயற்சியி) னாலும் எப்போதும், யோகத்தையே அப்பியசிக்கவேண்டும்” என்று யோகதந்திரோபநிஷத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அப்படியே “சாஸ்திரத்தைப் படித்தல் மாத்திரத்தினால் சித்தியுண்டாகாது. மொட்டையன், தண்டதாரி, காஷாயவஸ்திரந்தரித்தவன், நாராயணவசனன், ஜடைமுடித்தவன், விபூதியணிந்தவன், பஞ்சாக்ஷரமுதலியவற்றையுச்சரிப்பவன், பாகியபூஜையுள்ளவன், துவாதசபுண்டரமூடையவன், அக்ஷம் துளசிகாஷ்டமுதலியவற்றின் மாலைகளால் அலங்கரிக்கப்பட்டவனென்னும் இந்தக்கிரியையி (அப்பியாசமி)ல்லாத வாக்குச்சூரர்கள், எப்படிச் சித்தியையடைவார்கள்” என்றுதந்தாதிரேயராலும், “எகதண்டதிரிதண்டாதிகளாலும், ஜடை, பஸ்மம் (விபூதி) முதலியவற்றாலும், மொட்டையடித்துக் கொள்ளுதல், நிருவாணமாய்த்திரிதல், காஷாயந்தரித்தல், கந்தையுடுத்தல், உன்மத்தமாய்த்திரிதல் முதலியவற்றாலும் சித்தியுண்டாகாது. நிரந்தரஅப்பியாசத்தாலுண்டாகும்” என்று வாமதேவ மகேசுவரரும் வாதமாகிய யோகாப்பியாசத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

காஷாயவஸ்திரமுதவிய வேஷம் தரித்தலும், யோகத்தைப்
பேசுதலும் யோகசித்திக்குக் காரணமாகா. எ-று. (௬௫௨)

(அ-கை) மற்றொதுதான் சித்திக்குக்காரணமெனக் கூறு
கின்றார்.

கிபெயவ காரணவலிவஃ ஸத்யுதேதஹஸஸ
யஃ | || ௬௬ ||

(இ-ள்) அப்பியாசமாகிய கிரியையே சித்திக்குக் காரண
ம். இது சத்தியம். இதற்சமுசயயில்லை. எ-று. (௬௬)

(அ-கை) யோகாங்காறுஷ்டானத்தின் ஆவதி (எல்லை)
பைக் கூறுகின்றார்.

வீராக-ஹகாஸ்திரா லீவ்யாகிரணாநீல | ஸ
வ-ராணயிஹராஹ்யாஸெராஜயொமஹாவயி || ௬௭ ||

(இ-ள்) ஆசனங்களும், சூரியபேதமுதவிய அநேகவித
கும்பகங்களும், மஹாமுத்திராமுதவிய மேன்மையான கரணங்
களும், ஹடசித்தியில் மிகுந்த உபகாரமுள்ளனவாம். இவை
யாவும் இராஜயோக பலம்வரையிலும் செய்யத்தக்கனவாம்.
எ-று. (௬௭)

முதல் உபதேசம்

முற்றப்பெற்றது.

யான்” என்னும் பெரியோர் வாக்கியத்தின்படி, பிரயோசனமி
ன்றிப் பிரவிருத்தியுண்டாகாதாகலின், பிராணயாமத்தின் பிர
யோசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வெவாவதெவமூலிதம் நிபூனெநிபூனஹவெசு |
பொநீஸாண-கூபரோஷோதி கதொவாய-ஹிரொய
பெசு || || ௨ ||

(இ-ள்) * வாயுவசைந்தால், சித்தமசைவுடையதாகின்றது.
வாயுவசையாதிருந்தால், சித்தமும் அசைவில்லாததாகின்றது.
வாயுவும் சித்தமும் அசையாதபோது யோகி ஸ்திரமாகிய நீண்
டவாழ்நானே அல்லது ஈசத்தன்மையை அடைகிறான். ஆகை
யால் வாயுவை (பிராணனை) நிரோதிக்க (குப்பிக்க) வேண்டும்.
எ-று. (௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

யாவாய-ஹிதொதெஹதாவஜீவந-ஹிதொ
பிராண-தஸ்யுநிஷ்டாணி ஸுதொவாய-ஹிரொயபெ
சு || || ௩ ||

(இ-ள்) தேகத்தில் எவ்வளவு காலம் பிராணவாயு விருக்கின்
றதோ, அவ்வளவு காலம் வரையில் ஜீவனம் உலகத்தாராற்
சொல்லப்படுகின்றது. (ஜீவனமென்னுஞ் சொல்லிற்குச் சரீ
ரப்பிராணசையோகம் பொருளாயிருத்தலால்) அந்தப் பிராணன்
தேகத்தினின்றும் பிரிதல், மாணமெனப்படுகின்றது. ஆகை
யால் வாயுவை நிரோதிக்க(தடுக்க)வேண்டும். எ-று. (௩)

(அ-கை) மலசுத்தி ஹடசித்தியை யுண்டாக்குவதாமென்
பதை வெதிரோகமாக (எதிர்மறையாக) க்கூறுகின்றார்.

(*) “பிராணவாயுவின் அசைவு எதுவோ, அதுவே சித்தத்தினசை
வுமாம், ஆகையால் மேலானபுத்திமான்கள் பிராணனது சலனத்தையெ
யித்தலில் முயற்சிசெய்யவேண்டு” மென்று அன்னபூரணோபநிஷத்திலு
ம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

கீராக-ரஸ-நாபீஷ-கோர-கொடுநவத்யுமஃ |
கயம்ஸ்யாடி-நநீஹாவஸ்காய-கவியிஸ்கயம்ஸவெஸ || ௪ ||

(இ-ள்) நாடிகள் மலத்தால் வியாபிக்கப்பட்டிருக்கா
ல், பிராணன் சுழுமுனைமார்க்கத்திற் செல்வதாகாது. [மலஞ்சு
த்தப்பட்டிருந்தால் மாத்திரம் சுழுமுனைமார்க்கத்திற் செல்வநா
கும் என்பது பொருள்]. அப்போது உன்மனீபாவம் (உன்ம
னியின் இருப்பு) எப்படி யுண்டாகும் (ஒருவிதத்தாலுமாகாதெ
ன்பது பொருள்). கைவல்யவடிவமாகிய காரியத்தின் சித்தி
(பேறு) எப்படியுண்டாகும்? (ஒருவிதத்தாலுமாகாதென்பது)
பொருள்]. எ-று. (ச)

(அ-ஐ). அந்வயத்தா (உடன்பாட்டா)லும்மலகத்தி ஹ
உசித்திக் கேதுவா மென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஸாபிதேதிபரிபாஷவ. ௩௦ நாயேவக்ருந்தோகாசு-௩௦ ! த
 நெய்வஜாயதெயொழீவாணவஸம்முஹணைகா: || ௩ ||

(இ-ள்) எப்போது மலத்தினால் வியாபிக்கப்பட்ட சுகல நாடிசக்கா (சமூக்) க்களும் சுத்தியடைகின்றனவோ, அப்போதுதான் யோகாப்பியாசி பிராணனைக்கொள்ளுதலில் சமர்த்தனாகின்றான். எ-று. (௩).

(அ-கை) மலசுத்தி யெப்படி யுண்டாகிறதென்று கேட்குமிடத்து, அதைச் சோதிக்கும் (சுத்தப்படுத்துதல்) பிராணாயாமத்தைக் கூறுகின்றார்.

ப்ராணாயாமி ததக்ஷுபுரஹித்யம் ஸ்ராவணயாமி
 மா | யயாஸுஷுதாநாஸீஸாமிநாஃ சா-ஜிம்ப்ரயாணி
 வ ||

(இ-ள) (எதனால் மலசுத்தியின்றிப் பிராணனைக் கொ
ள்ளுதலிற் சமர்த்தனாகவில்லைபோ) அந்நனால் (சுவரப்பிரணி, நர
னம், உற்சாகம், சாகசமுதலியவற்றால் விசேஷபம் ஆலசிய

முதலிய ராஜசதாமத தர்மங்கள் நீங்கிய) சாத்துவீகமாகிய (பிரகாசப் பிரசாதசீலமுடைய) புத்தியினால் சுழுமுனைநாடியிலுள்ள மலங்கள் சுத்தியாகும் (கெடும்) படியாகத் தினமும் பிராணயாமம் செய்யவேண்டும். எ-று. (சு).

நாடிசேதனை.

(அ-கை) மலத்தைச் சேர்திக்கும் பிராணயாமத்தின் றன்மையை இரண்டு சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

வலவஜ்ஜரஸநொயொநீ ஸாணஹரெநுணவஹ
யெக | யாரயிக்ராயயாஸகி ஹபஹயெபுணரெஹ
யெக ||

|| எ ||

(இ-ள்) பதுமாசனம் சேர்த்திருக்கும் யோகியானவன், பிராணவாயுவைச் சந்திரனென்னு மிடைகலையாற் பூரித்துச் சுத்தியளவு கும்பித்து, மறுபடியும் சூரியனென்னும் பிங்கலையால் இரேசிக்கவேண்டும். எ-று.

வெளிவாயுவைப் பிரயத்தினவிசேஷத்தா விழுத்தல், பூரகம். ஜாலந்தரமுதலிய பந்தபூர்வகமாகப் பிராணனை நிறுத்துதல், கும்பகம். கும்பித்தவாயு பிரயத்தினவிசேஷத்தால் வெளிப்படுதல், இரேசகம். இது பிராணயாமாங்கமாகிய இரேசக பூரகங்களுக்கு இலக்ஷணமாம். “ஹஸூராவஸூ ஹகாரஸூ ரெஹவஹ ரளஸஸஹ ரேள-கொல்லன் துருத்தியைப்போல் வேகமுள்ள இரேசகபூரகங்கள்” என்னும் கௌணரேசக பூரகங்களில் * அவ்

* ஒரு இலக்கியத்திற்கு இலக்கணங் கூறுமிடத்து அதிவியாப்திமுதலிய மூன்று தோஷங்களுமில்லாதிருக்கவேண்டும். மூன்றுதோஷங்களாவன:— அதிவியாப்தி அவ்வியாப்தி அசம்பவமென்பனவாம்.

(சு) அதிவியாப்தி:— ஓர் இலக்கியத்திற்குக் கூறிய இலக்கணம் மற்றொரு இலக்கியத்தினுமிருத்தல்; அது ஆகொம்புள்ளதெனல்.

(உ) அவ்வியாப்தி:— ஓர் இலக்கியத்திற்குக்கூறிய இலக்க

(அ-கை) இதுவும்தான்.

பூரணமஸ்துயெபுணவாக்யவடிவநபெடிநப
ஸநெநஃ । வியிவக்துமஸகக்யகவா வநஃவநெந்ந
ரெவபெக ।

(இ-ள்) சூரிய நாடியாகிய பிங்கலையால் பிராணனையிழுத்து, மெல்லமெல்ல வயிற்றை நிரப்பி, விதிப்படி பந்தபூர்வமாகிய சூம்பகம் செய்து, மறுபடியும் சந்திர நாடியாகிய இடைகலையால் இரேசிக்கவேண்டும். எ-று. (அ)

(அ-கை) முற்கூறிய பிராணாயாமத்தில் விசேஷத்தை நம் கூறுகின்றார்.

யெ ந து ஜெ தெ ந வீ சுவா யா ந யெ டி தி ரெ ரா ய
தஃ | ரெ ஹ யெ ஹ க தெ ரா த நெ ந ஸ மெ ந ரெ ஹ ந வெ
ய. தஃ ||

(இ-ள்) சந்திரனல்லது சூரியனென்னும் எந்த நாடியால் இரேசிக்கிறோனோ, அதினாலேயே பூரித்து, மிகுந்த நிரோதத்தால் (வேர்வை நடுக்க முதலியவையுண்டாகும் வரையில்) சூம்பித்து, (எதினாற் பூரகம் செய்யப்பட்டதோ) அகற்கந்தியமாகிய நாடியால் வேகமில்லாமல் மெல்ல இரேசிக்கவேண்டும். எ-று

வேகமாய் இரேசித்தால் பலக்குறைவுண்டாம். அதனால்
பூரகம் செய்யப்பட்டதோ, அதனால் இரேசகம் செய்யலாகாது;

ணம் அவ்விலக்கியத்தின் வகதேசத்தில் இல்லாதிருத்தல்; அது ஆகிய
வகிற் முள்ளதெனல்.

(க). அசம்பவம்: — கூறிய இலக்கணம் அவ்விலக்கிய முழு வதினு மில்லாதிருப்பது; அது ஆ ஒற்றைக்குளம்புடையதெனல்.

இம்மூன்று குற்றங்களுமில்லாத தர்மமே, செறப்பிலக்கணமாம்.

எதனால் இரேசகம் செய்யப்பட்டதோ, அதனாலேயே பூசகம் செய்வேண்டுமென்பது தாற்பரியம். (கூ)

(அ-க) “வெபிவஜாஸநஃ ! பதுமாசனம் சேர்த்துக் கொண்டிருக்கும் யோகி” யென்பவற்றாற் சொல்லப்பட்ட ஆர்த்தத்தை ஒன்றாய்த்திரட்டி அறுவதிக் (எடுத்துச்சொல்லு)கின்றவராய்ப், பிராணாயாமத்தின் * அவாந்தரபலத்தைக் கூறுகின்றார்.

புராணவெபிவபாவிவெஹிபஜிகம் ஹநியாதந
யாரெவபெ தீக்ஷாவிமமபாஸரீரணரீயோ வ்யூ
த்யஜெவாபா | ஸஞயபூவஜே ரீஸாரநந தவியநா
ஹ்ராஸஸஜாதநதாரம் ஸ-வாநாவிமணாவவஹிபஜி
நாரீரஸத்யாடிவ்யூதஃ || 1க0 ||

(இ-ள்) இடைகலையால் பிராணனைப் பூரிக்கின், சும்பிக்கப்பட்ட பிராணனைப் பின் மற்றக் (பிங்) கலையால் இரேசிக்கவேண்டும். பிங்கலையால் வாயுவைப் பூரித்து, அதன் பின் சும்பித்து இடைகலையால் இரேசிக்கவேண்டும். இவ்வண்ணம் (சந்திரனால் பூரித்துக் சும்பித்துச் சூரியனால் இரேசிக்கவேண்டும், சூரியனால் பூரித்துக் சும்பித்துச்சந்திரனால் இரேசிக்கவேண்டும் என்னும் வடிவினதாக) சூரியசந்திரநாடிகளின் அப்பியாசத்தைத் தினமும் விஸ்தரிக்கவேண்டும். இதனால் இயமமுடையவர்களுக்கு நாடிகள் மூன்று மாசத்திற்குமேல் சுத்தமாகின்றன. எ-று. (க0)

(அ-க) இனிப் பிராணாயாமாப்பியாச காலத்தையும், அதன் அவதி (எல்லை)யையும் கூறுகின்றார்.

(*) எதின் வாயிலாக முக்கியப் பிரயோஜனம் அடையப்படுகின்றதோ, அது அவாந்தரப்பிரயோஜனம்.

வா ததேய்யு^௦ஜி^௦நவாய சிபு^௦ராதெ வக^௦ஹகா
நு | ஸமெநாஸீகிவய^௦க^௦ வத^௦வ^௦ராரஸேஷி
ஸெக || || ௧௧ ||

(இ-ள்) (அருணோதயமுதல் சூரியனுதித்த முன்று நாழி
நையளவினதாகிய) பிராதக்காலத்திலும், (ஸீந்தவிதமாகப் பிடுக்
கப்பட்ட பகனின் மத்தியபாகமாகிய) மத்தியானத்திலும், (அ
ஸ்தமிக்கிறதற்கு முன்னும் பின்னுமாகிய முன்று நாழிகையள
வுள்ள) சாயங்காலத்திலும், (இரண்டு முகூர்த்த அளவினதாகிய)
அர்த்தராத்திரியிலுமாக (*) நான்கு முறை எண்பது பிராண
யாமம் வரையிலும் மெல்லமெல்ல நன்றாய்ப்பியசிக்கவேண்டு
ம். எ-று.

நான்கு காலங்களிலும், ஒரு காலத்துக்கு எண்பது பிரா
ணயாமமாகச் செய்யவேண்டும். அர்த்தராத்திரியில் செய்யச்
சுத்தியில்லையாயின், முன்று காலம் செய்யவேண்டு மென்பது
சம்பிரதாயம். நான்கு முறை செய்வதனால் தினந்தோறும் மு
ந்நூற்றிருபது பிராணயாமமாகின்றது. முன்று முறை செய்
தால் இருநூற்றநாற்பது பிராணயாமமாகின்றது. இங்கே ஒ
ரு முகூர்த்தம் இரண்டு நாழிகையளவுள்ள காலம். (௧௧)

(அ-க) கனிஷ்டம், மத்திமம், உத்தமமென்னும் பிராண
யாமங்களின் வியாபக விசேஷத்தைக் கிரமமாகக் கூறுகின்றார்.

கநீயவலிஹவெ^௦தே^௦க^௦ஹ^௦வா^௦ஹவதி^௦யு^௦டு^௦ | உத

மே^௦ஸா^௦ந^௦ரோ^௦ஹ^௦தி^௦க^௦தொ^௦வாய^௦ஹி^௦ஸ்ய^௦யெ^௦க || ௧௨ ||

(*) புருஷன் காலையில் சு-ம், மத்தியானத்தில் ச-ம், சாயங்காலத்
தில் உ-ம், அர்த்தராத்திரியில் உ-மாகப் பிராணயாமஞ் செய்யவேண்
டு மென்பது யோகசந்திரிகை.

மத்தின் அளவு பன்னிரண்டு மாத்திரையாம். தாழ்வாகிய பன்னிரண்டு மாத்திரையோ ஒரு முறை உத்காத மெனப்படுகின்றது. மத்திமமோ இருபத்துநான்கு மாத்திரையுள்ள இரண்டு உத்காத மெனப்படுகின்றது. முக்கியமானதோ முப்பத்தாறு

மூன்றுவருணவடிவமாயிருத்தலால், பிரணவமே பிராணயாமமெனப்படும். பதுமாசனத்திலிருக்கும் புருஷன், நாசிநூனியில் சந்திரபிம்பப்பிரகாசங்களால் விரிந்த அகாரமூர்த்தியானது இரக்தாங்கமுடையதும், ஹம்ஸ (அன்ன) வாகினியும், தண்டத்தைக் கரத்திலுடையதும், வாலையுமாகிய காயத்திரியாகின்றது; உகாரமூர்த்தியானது வெண்ணிற அங்கமுடையதும், கருடவாகினியும், யௌவனமுள்ளதும், சக்கரத்தைக் கையிலுடையதுமாகிய சாவித்திரியாகின்றது; மகாரமூர்த்தியானது கருமையாகிய அங்கமுடையதும், இடபவாகினியும், வயதுசென்றதும் சூலத்தைத் தரித்துள்ளதுமாகிய சரஸ்வதியாகின்றது; அகாராதிரமூர்நிற்குங் காரணம் பரஞ்சோதியாகிய ஏகாக்ஷரப்பிரணவமாகின்றது என்று தியானிக்கவேண்டும். இடையினால் வெளிவாயுவை-கசு-மாத்திரையளவு பூரித்து அகாரத்தைச் சிந்தித்துப், பூரித்தவாயுவை சுசு மாத்திரையளவு கும்பித்து உகாரத்தைத் தியானித்துப், பூரித்ததைப் பிங்கலையால்-கஉ-மாத்திரையளவு இடேசித்து மகாரமூர்த்தியைத் தியானிக்கவேண்டும். இப்படியே கிரமமாக அடிக்கடி பூரிக்கவேண்டும் என்று சரஸ்வதியோபநிஷத்திலுர், “பிரமாவே இடையினால் வாயுவைப் பன்னிரண்டு மாத்திரையளவு பூரித்துப் பிங்கலையால் வாயுவை முப்பத்திரண்டு மாத்திரையளவு செவ்வையாய் இடேசிக்கவேண்டும். இப்படியே அடிக்கடி செய்யவேண்டு” மென்று தீர்ச்சியுபநிஷத்திலுர், வாயுசங்கிதை வாசிஷ்ட முதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே பூரகத்தைவிட இடேசகத்திற்கு மாத்திரையதிகமாய்ச் சொன்னது, இடேசகத்தை யவ்வளவு மெதுவாகச் செய்யவேண்டுமென்பதை முன்னிட்டாம். அன்றியும், “பூரகம் பன்னிரண்டு ஒங்காரமாகவும், கும்பகம் பதினாறு ஒங்காரமாகவும், இடேசகம் பத்து ஒங்காரமாகவுஞ் செய்யவேண்டும். அது பிராணயாமமெனப்படும்” மென்று யோகசூடாமணியுபநிஷத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிரமவிஷ்ணு ருத்திரர்கள் முறையே பூரககும்பகரேசகங்களுக்குத் தேவதைகளாவார்களென்பது தியானபிந்து உபநிஷத்து. முற்கூறிய பிரணவாதிகளின் உச்சாரணத்தோடு செய்யும் பிராணயாமம் சகரீப்பமென்றும் அஃதின்றிய பிராணயாமம் அகரீப்பமென்றும் சொல்லப்படும். அதை “தேரித்தமறைமந்திர மோதிச்செய்யும் பிராணயாமத்தைக்; கருப்பப்பிரா

மாத் திரையுள்ள மூன்று உத்தகாத மெனப்படுகின்றது. இவை கிரமமாக வியர்வை, நடுக்கம், எழும்புதல் என்பவற்றை யுண்டாக்குவனவாம். அப்படியே இதில் ஆரந்தம், நித்திரை, தூமம் (சித்தத்தின் அசைவு) என்பவைகளுண்டாகின்றன. மயிர்க்கூச்

ணாம மெனக்கற்றல் செய்வார்காசின்றி; யுரைத்ததனி மந்திரமுள் ளத்துணராதி யற்றுகின்றதனை; விரித்தார் கருப்பமிலதாய பிராண யாமமென மிக்கோர்” என்னும் இலிங்கபுராணவாக்கிய முதலியவ ற்றற் காண்க. வியாகிருதிபிரணவங்களுடன் காயத்திரியைச் சிரசோ டி மூன்றுமுறை செபித்தல், கிருகஸ்தனது பிராணயாமகாலவளவா ம். இப்பிராணாமம் கிருகஸ்தர்களுக்குப் பாபசுத்தியின் பொருட்டு ம், யோகிகளுக்கு யோகசித்தியின் பொருட்டமாம். “ஆனால் கிருகஸ் தனும் சங்கத்தைவிட்டு ஏகாந்தத்திலிருந்து அப்பியாசம் செய்யவேண் டும். அதன்பின் வியவகாரத்தின்பொருட்டு வெளியே சங்கத்திற் பிரி யமுடையவன்போல வியவகரிக்கவேண்டும். கர்மத்தினால் உண்டான வைகள் யாவும் தத்தம் கருமத்தின்படி யிருக்கின்றன. நிமித்தமாத்திர மாக இவற்றைச் செய்வதில் ஒருக்காலும் தோஷமில்லை யென்று நிச்ச யித்து, நல்ல விவேகத்தினால் இந்த யோகத்தை ஆசிரயிப்பானாயின், கிருகஸ்தனும் சித்தியை யடைகிறான். இதில் சமுசயமில்லை. எவன் பு ண்ணிய பாவங்களினின்று விடுபட்டவனும் தேகாபிமானத்தை விட்ட வனு மாகின்றானே, அந்தக் கிருகஸ்தன் எப்போதும் வீட்டிலிருந்து கொண்டே விமுக்தனாகின்றான். எப்போதும் யோகத்தோடுகூடிய யோ கியானவன் லோகசங்கிரக (லோகபரிபாலன) மாகிய தனது காரியத்தி ல் புண்ணியபாவங்களைச் செய்யினும், அப்புண்ணியபாவங்களாற் ப ற்றப்படான். கிடைத்ததிற் சந்தோஷமுடையவனாயும், உள்ளே கொ ஞ்சமும் பற்றில்லாதவனாயும் (காலவரம்பு, இடவரம்பு, நடைவரம்பு, கர் மவரம்பென்னும்) சகலவரம்புகளு முள்ளவனாயும் யோகசாதனத்திற் பொருந்தியிருக்கவேண்டும். யோகக்கிரியையோடு கூடிய கிருகஸ்தர்களுக் கு ஈசுவரனது (ஈசுவாச்சியமாகிய பிரணவத்தினது) ஜபத்தால் சித்தியு ண்டாகுமாகலின், கிருகஸ்தன் அதைச் செவ்வையாய் அப்பியசிக்கவே ண்டும். கிருகஸ்தன் புத்திரதாராதிகளால் நிரம்பியவனாய் வீட்டிலிருந் துகொண்டு, உள்ளே பற்றில்லாமல் யோகமார்க்கத்தில் தன்னிடத்துச் சித்தியின் அடையாளங்களைக் கண்டு, பிறகு அவன் எனது ஆஞ்ஞை யைச் சாதித்துக் கிரீடிப்பன்” என்னும் சிவசங்கீதையின் வாக்கியத்தா ல் கிருகஸ்தனுக்கும் சித்தியுண்டாமென்பது சித்திக்கின்றது.

சல், துவனிஞானம், சரீரக்குத்தல், நடுக்கம், இளைப்பு, வி
யர்வை, பிதற்றுதல் முகலியவைகளையும், அறிவின் மயக்கத்
தையும் எப்போது ஜயிக்கின்றதோ, அப்போது அந்த நல்ல
சோபனமாகிய பிராணாயாமம் உத்தமமென்று சொல்லப்பட
டுகின்றது” என்று கூறப்பட்டிருக்கின்றது. ஸோகந்தரும்
“சுயஜெதாடிஸபெராக்ர சியஜெதிமணாஸூதாஃ | உ
தஜெதிமணாஸூதாஃ ப்ராணாயாஜெதிஜோகூதஜெஜெ ||
பிராணாயாமத்தில் அதமம் பன்னிரண்டுமாதத்திரையாகவும், மத்
திமம் இரண்டுமடங்காகவும், உத்தமம் மூன்றுமடங்காகவும் து
விஜேரத்தமார்களாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது” என்று கூ
றியிருக்கின்றார். ப்ராணெநாஸூதவஜோஸெந சுவாஃ
வீயஜெதயஜா | மகாவஜாயுஃநிவதெஃத வனதஜாஃ
கருகூணம் || மேலெழுப்பிடம் பிராணனால் அபானன் பீடிக்க
ப்பட்டு எப்போது மேற்சென்று திரும்புகின்றதோ, அது உத்
காதலகூணமாம்” என்பது உத்காதலகூணம். யாஞ்ஞவல்
கியர் “சுமஃஷாஃமஃலிஜோகூஃ திவ்விஜாநஃவரிஜாஜ
தம் | காலுத்யஜிவிபாஜா சாதாஸாஃஸூதாஃவஜகூதெ ||
மூன்று கைந்நொடியை (பெருவிரலை நடுவிரலோடு சேர்த்து
மூன்றுதாஞ்சுண்டுதலை) யும், முழங்காலை மூன்றுதரம் துடைத்
தலையும், மூன்றுதாளத்தையும் மாத்திரையென்று பிராஞ்ஞர் (பி
க்க அறிவுடையோர்) கூறுகின்றனர்” என்று மாத்திரையைக்
கூறுகின்றார். ஸ்கந்தபுராணத்தில் “வனகூஸாஸாஸிஜாநாபா
ணாயாஜெதிமஜெதெ || ஒருசுவாசவடிவமாகிய மாத்திரை பி
ராணாயாமமெனப்படுகின்றது” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்
றது. இது யோகசிந்தாமணியில் நித்திரைசெய்யும் புருஷனுக்
கு எவ்வளவு காலம் ஒரு சுவாசம் போய்த் திரும்புகின்றதோ, அ
வ்வளவு காலம் பிராணாயாமமாத்திரை யெனப்படுமென்று வியா
க்கியானம் செய்யப்பட்டிருக்கின்றது. பன்னிரண்டரை சுவாச
அளவுள்ள காலம் பிராணாயாமகாலமாம். ஆறுசுவாசங்களால் ஒரு

அப்பியாசக்கிரமத்தால் விருத்தியாகிப் பிரத்தியாகாரதியானதாரணசமாதியெனுஞ் சொற்களாற் சொல்லப்படுகின்றது” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது ஸ்கந்தபுராணத்தில் “புராணாயாமிதிஷ்டே நவ்யத்யாஹாரஉதாஹுதஃ | புத்யாஹாரமிதிஷ்டே ந யாரணாவரிசீகிதா | ஸ்வெஜ்ஜாரஸம்மெத்ய யுதாநம் தாடிஸயாரணம் | யுதாநம் தாடிஸகெமெதவ ஸாரியிரஸியீயதெ || யதாரியளவாரம் ஜோதிர நனாஸுபகாஸகம் | தவ்யிநுஜ்யெஷ்டி யாகாணயாதாயாதம் நிவத்யுதெ || பிராணாயாமம் பன்னிரண்டால் பிரத்தியாகாரமும், பிரத்தியாகாரம் பன்னிரண்டால் தாரணையும்கொல்லப்படுகின்றது. தாரணைபன்னிரண்டு ஈசுவரச்சேர்க்கையின் பொருட்டு தியானமாகின்றது. தியானம் பன்னிரண்டினாலேயே சமாதி சொல்லப்படுகின்றது. சமாதியில் பாஞ்சோதியாகிய அநந்த சுவப்பிரகாசக (பிரம்)மிருக்கின்றது. அதைத் தரிசித்தலால்கிரியாகாண்டத்தின் போக்குவரத்து (அலைச்சல்) நீங்குகின்றது”, என்றும், அப்படியே “யாரணாவனுநாயீ ஹி யுதாநம்ஸுதாடிஷ்டே நவ்யத்யாஹாரம் | திநவ்யாடிஸகெமெதவ்யுதாரியிபுராணஸம்மாரிசு || பிராணசம்மியமம் (பிராணாயாமம்) செய்யின் அது ஈந்து நாழிகைகளால் தாரணையும், அறுபது நாழிகைகளால் தியானமும், பன்னிரண்டு நாட்களினால் சமாதியுமாகின்றது” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இப்படியே கோரக்கர் முதலியோர்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதி விப்படி வியவஸ்தையிருக்கின்றது:— கொஞ்சங்குறைய நாற்பத்திரண்டு விபல அளவுள்ளது கனிஷ்டப்பிராணாயாமகாலமாம். இதுவே ஒரு நொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையாமென்னுங் கருத்தால் பன்னிரண்டு மாத்திரையளவுள்ள காலமாம். கொஞ்சங்குறைய என்பத்து நான்கு விபல அளவுள்ளது மத்திமப்பிராணாயாமகாலமாம். இது ஒரு நொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையென்னுங் கருத்தால் இருபத்து நான்கு மாத்திரை

யளவுள்ள காலமாம். நூற்றிருபத்தைந்து விபல அளவுள்ள து உத்தமப்பிராணையாமகாலமாம். இது ஒரு நொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையென்னுக் கருத்தால முப்பத்தாறு மாத்திரையளவுள்ள காலமாம். மூன்று நொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையென்று கொள்ளுமி-த்து, அது பன்னிரண்டு மாத்திரையளவுள்ளதேயாம். பந்தபூர்வமாக நூற்றிருபத்தைந்து விபலம்வரையில் பிராணையாமம் எப்போது ஸ்திரமாகின்றதோ, அப்போது பிராணன் பிரமரந்திரத்தை யடைகின்றது. பிரமரந்திரத்தை யடைந்த பிராணன் இருபத்தைந்து பலம்வரையிலும் எப்போது நிற்கின்றதோ, அப்போது தாரணையாம். எப்போது அறுபது நாழிகைவரையில் நிற்கின்றதோ, அப்போது தியானமாம். எப்போது பன்னிரண்டுநாள்வரையில் நிற்கின்றதோ, அப்போது சமாதியாகின்றது. இப்படி யாவும் இரமணீயமாம். (க௨)

(அ-கை) பிராணையாமத்தை அப்சியசிக்கின்றவனுக்கு வியர்வையுண்டாகுங்காலத்தில் விசேஷத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜெநஸுஜாதெ நமாது ஸ்ய நோஹரெஃ | ஐஹ
தாஹு-தாஹெவதெ நமாது ஸுஜாயதெ || ௧௩ ||

(இ-ள்) பிராணையாமாப்பியாசத்தின் சிரமத்தாலுண்டாகிய வியர்வையினால் சரீரத்தில் (தைலாப்பியங்கனம்போல) தேயக்கவேண்டும். அதனால் (தேய்த்தலால்) சரீரத்திற்குத் திடத்தன்மையும் இலகுத்தன்மையும் (ஜாட்டியமின்மையும்) உண்டாகின்றது. எ-று. (க௩)

(அ-கை) இனி அபபியாசத்திற்கு முன்னும் பின்னும் பால்முதலியவற்றின் நியமங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஶஹ்யாஸகாமெவ ஸ்யஜெஸஹஸுஹீராஜ்யெஹாஜந |
ததெதாஹ்யாஸெஜ்யஹீஹதெ நதாஜ்யஸுநியஜெஹஸு ||

(இ-ள்) அப்பியாசகாலத்தின் முதலில் பால்கெய்முதலிய வற்றோடுகூடிய போஜனம் சிலாக்கியமாம். ஆகையால் அப்பியாசம் திடமானகாலத்து அப்படிப்பட்ட நியமம் கொள்ளவேண்டியதில்லை. எ-று.

கேவலகும்பகம் சித்தித்தபோது அப்பியாசம் திடமாகின்றது. (கௌ)

(அ-கை) சிங்கமுதலியவற்றைப்போல பிராணனை மெல்லவே வசஞ்செய்யவேண்டும். விரைவாய்ச் செய்யலாகாதெனக் கூறுகின்றார்.

யயாவிரிஹா மஜோவ்யூரவ்யோ ஹவெதுஸ்யுஸ
நெநஸுநெநஃ தநெயவஸெவிகொவாயாந ந்யூயா
ஹனிலாயகஃ || கரு ||

(இ-ள்) சிங்கம்யானேபுலி முதலியவைகள் எப்படி மெல்ல மெல்ல வசமாக்கப்படுகின்றனவோ, அதுபோல அப்பியாசிக்கப்படும் வாயுவும் வசப்படும். அப்படிக்கில்லாமல் விரைவாகக் கொண்டால், அது சிங்கமுதலியவற்றைப்போல அப்பியாசியைக் கொல்லும். எ-று. (கரு)

(அ-கை) யுக்தாயுக்தங்களின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.
புரணாயாரிஜிபுக்துந ஸவபுரொமக்யொம
வெகி | சுபுகூரஹ்யொமநஸவபுரொமஸகி
வஃ || கரு ||

(இ-ள்) யுக்தமாகிய பிராணையாமத்தினால் சகல ரோகங்களும் நாசமாகும். அயுக்தமாகிய அப்பியாசத்தையுடைய பிராணையாமத்தால் சகலரோகங்களு முண்டாகும். எ-று.

ஆகாரமுதலியயுக்திபூர்வமும், ஜலந்தரமுதலிய பந்தமாகிய யுக்தியோடு கூடினதுமாகிய பிராணையாமம், யுக்தமெனப்படும். (கரு)

(இ-ள்) எந்தக்காலத்தில் நாடிகளுக்குச் சுத்தியுண்டாகின்றதோ, அந்தக்காலத்தில் வெளிச்சின்னங்கள் (இலக்ஷணங்கள்) உண்டாகின்றன. தேகத்தின் கிருசத்தாவமு(மெலிவு)ம் காந்தியும் நிச்சயமாகவே யுண்டாகின்றன. எ-று.

தயா (அப்படியே) என்னுஞ் சொல்லால் உட்சின்னங்களு முண்டாகின்றன. (கக)

(அ-கை) இதுவுமது.

யயெஷ்யாரணவாயொர நமஸ்ய ஸீவ நம நா
ராவியுத்திராரொம்யுஜாயதெ நாவியொரய நாக் || ௨௦ ||

(இ-ள்) வாயுவை அநேகமுறை (இஷ்டப்படி) சும்பகத்தில் தரித்தலும், ஜடராகுகினியின் தீவனமும்,* நாதத்தின் பிரகடத்தன்மையும், ரோகமின்மையும் நாடிசோதனையா லுண்டாகின்றன. எ-று.

(அ-கை) மேதைமுதலியவை அதிகரித்திருக்கின், அதற்கு வேறு உபாயத்தைக் கூறுகின்றார்.

நெடிஸ்ரஷ்டாயிக்ஸ்வகுஷ்டம் ஷட்கூடே-தாணிஸரோவரொ
க் | சுந்யஸ-நாவரொத்ராதி ஷேஷாரணாஸரிமாவ
கஃ ||

|| ௨௧ ||

(இ-ள்) மேதையு (கொழுப்பு)ம் சிலேஷ்மமு (கோழையு)ம் அதிகமாயுள்ளவன் முன்னமே (பிராணாயாமாப்பியாசகாலத்திலன்று; பிராணாயாமாப்பியாசத்திற்கு முன்னமே) இனிச் சொல்லப்படும் ஷட்(ஆறு) கருமங்களையும் செவ்வையாக ஆசரிக்கவேண்டும். தோஷங்கள் (வாதபித்தகபங்கள்) சமமாயிரு

(*) “வாயுவின் இரேசகபூரககும்பகங்களால் சகலநாடிகளும் சுத்தியாகுங்காலத்து, உள்ளே எப்போதும் அநேகவிதமாகிய அநாகதமென்னும் நாதம் பிரவிருத்திக்கு”மென்று யோகசாராவளியிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

த்தலால் மற்ற (மேதையும் சிலேஷ்மமும் அதிகமாயில்லாத) வ
ன் அவற்றை (ஆறுகருமங்களை யும்) ஆசரிக்கவேண்டியதில்
லை. எ-று. (௨௧)

(அ-கை) ஷட்கர்மங்களின் பெயர்களைக் கூறுகின்றார்.

பளதிவ்யூஷிஸ்யாநெதி ஸாடகநளவிகனயா |
கவாலுமாதிஸெஸ்தாநிஷ்டுபூணிவலக்ஷதே || ௨௨ |

(இ-ள்) தெளதி, பஸ்தி, நேதி, திராடகம், நௌலிகம்,
கபாலபாதி என்னு மிவை ஷட்கருமங்க ளெனப்படுகின்றன.
எ-று. (௨௨)

(அ-கை) இது இரகசிய மென்பதையும், அதன் ஹேது
வையுங் கூறுகின்றார்.

கரீஷ்டுஷ்டுரிஷமொவ்யூஷ்யஸொய நகாராக்ஷ | வி
லித் தமணஸநாயி வலுஜிதெயொயிவ்யூஷ்யமொவ்யூஷ்ய ||

(இ-ள்) கடசோதனத்தை (சரீரகத்தியை)ச் செய்யும்
தெளதிமுதலிய கர்மங்க ளாறும் மறைத்து (இரகசியமாய்)
வைக்கத்தக்கனவாம். அதனால் விசித்திரகுணங்களைச் செய்யத்
தக்கதாகிய இந்த ஷட்கருமம் யோகசிகோஷ்டர்களால் பூஜிக்கப்
படுகின்றது. எ-று.

மறைத்து வைக்காவிடின் ஷட்கர்மம் அன்னியர்களாலும்
செய்யப்படுவதாகின்றது. யோகிகளுக்குப் பூஜிக்கப்படுநதன்
மைபொருந்துகின்றதென்பது தாற்பரியம். இதனால், பிராண
யாமத்தினாலும் மேதைசிலேட்டுமுதலியவற்றின் நாசம் சம்ப
வித்தலாலும், அப்படியே “ஷ்டுஷ்டுயொமோஷ்யாதி வலநா
ஹாலு கதா: | பிராணயாமாப்பியாசதற்பான் ஷட்கர்மயோ
கத்தை யடைகளுன்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கும் பூர்வோத்

தர கிரந்தத்திற்கும் இப்படியே சுவாசிய மிருத்தலாலும் இது
வே ஷட்கருமத்தின் முக்கியபல மென்பது குறிப்பிக்கப்பட்ட
து. (உரு)

(அ-கை) தெளதிகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

உதாரமஃ ஸுவிஸாரம ஹஸுவஸுரயதடி | ம-
ரஃவஹிஷ்டிரமெபுண விக்ஷவஸுர ஸநெநமு புலெஸக
வஃநஸுதர ஹரெநெஸுத டி-ஹி தரயள திக்ஷதகா

(இ-ள்) * நான்கங்குல அகலமும் பதினைந்து முழ நீளமு
ம்உள்ள (கொஞ்சம் உஷ்ணமான ஜலத்தால் நனைத்த) ஈரவஸ்தி
ரத்தைக் குருவினு லுபதேசிக்கப்பட்ட மார்க்கமாக மெல்ல
மெல்லக் கொஞ்சக் கொஞ்சமாய் விழுங்கவேண்டும். எ-று.

மல்லல் அல்லது ஜெகந்நாதம் என்னும் மெல்லிய புதுத்த
லைக்குட்டையின் பட்டி (ஓர் துண்டு வஸ்திரம்) கொள்ளவேண்
டும். இரண்டாவதுநாள் இரண்டு முழமாகவும், மூன்றாவது
நாள் மூன்று முழமாகவும், இப்படி நாளுக்குநாள் ஒவ்வொரு
முழம் அதிகமாக விழுங்கவேண்டும். அதன் நுனியை முன்
பற்களாற் கடித்துக்கொண்டு, நெளதிகர்மத்தால் வயிற்றிலுள்
ள வஸ்திரத்தைச் செவ்வையாய் அலசி மறுபடியும் மெல்ல
தையமாக வெளியே யிழுக்கவேண்டும். இது (+)தெளதிகர்

(*) தெளதிக்குரிய வஸ்திரம் நான்கல்லது ஆறங்குல அகலமும்,
எட்டல்லது பதினாறுமுழ நீளமுமுள்ளதென்று சிலரும், இருபது அல்
லது பதினைந்துமுழ நீளமும், நாலுவிரற்கடை யகலமுமுள்ளதென்று
சிலரும் கூறுவர்.

(+) (க) ஜலதெளதி (உ) சூத்திரதெளதி (ங) வஸ்திரதெளதி
(ச) பவனதெளதி யென்னும் ஸ்வரூபாட்டால் தெளதிக்கிரியை நாலு
வகையாம். (க) மிளகைத் தின்று கொஞ்சம் உஷ்ணமான ஒரு செம்
பு ஜலத்தைச் சாப்பிட்டு, மறுபடியும் யுக்தியால் யானையைப் போல ஜல
த்தை வெளிப்படுத்துதல், ஜலதெளதி. (உ) தாலால் திரிக்கப்பட்ட

மமென்று சித்தர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. (உ.ச)

(அ-கை) தெளதிகர்மத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

காலஸூராலவீ ஹக்ஷுஷ் ஸுமரொமாஸூவிஸ்தி:
யளதிகரீபுஹாவெந ப்ரபாநெயநஸஸ்யஃ || ௨௫ ||

(இ-ள்) காசம், சுவாசம், பிஸீகம் (மண்ணீரல் உப்புதலா லுண்டாகும் வியாதி), குஷ்டம், இருபது கபரோகங்கள் என்னு மிவை தெளதிகர்மத்தின் பிரபாவத்தால் நாசமாகின்றன. இ திற் சமுசய மில்லை. எ-று. (௨௫)

(அ-கை) இனிப் பஸ்திகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

நாஸிஷுஷுஷுஷுவாயள ந்யுஷுநாநொசுடாஸநஃ |
சூயாநாகு ஸுநஃ சுயபூ காமநஸ வ்ரிகரீபு
கஸ || ௨௬ ||

(இ-ள்) நாபியளவுள்ள (ஆறுமுதலியவற்றின்) ஜலத்தி லிருந்து குதத்தில் நாளத்தை (குழலை)ச் செலுத்தி, (*) உத்கடா

பாதமுதல் சிரசளவினதாகிய கயிற்றை வாயின்வழியாய் வயிற்றிலிறக் கி ஆலசி வெளிப்படுத்துதல், சூந்திரதௌதியாம். (க) வஸ்திரதௌதீ, இது தூலாசிரியராற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (ச) இரண்டு கால்க ளா லுட்கார்ந்துகொண்டு கழுத்தை நீட்டி கொஞ்சம் வாயைத் திறந்து வெளியிலுள்ள காற்றை யிழுத்து உள்ளே நிரப்பி மறுபடியும் தைரிய மாகவிடுதல், பவனதௌதீ (பவனம்—காற்று). இந்தத் தெளதிக்கிரி யை கோமுகாசனத்திலிருந்து செய்யத்தக்கதாம்.

(*) மேற்கூறியபடி உத்கடாசனத்திலாவது கோமுகாசனத்திலா வது இருந்துகொண்டு, அபானத்துவாரத்தால் ஜலத்தைக் கொஞ்சம்மே லே யிழுக்கவேண்டும். அதன்பின் சுவஸ்திகாசனத்தி லிருந்துகொண் டி அந்த ஜலத்தைச் செவ்வையா யிழுத்து, நாபிக்குமேல் இருதயம்வ ரையில் செலுத்தவேண்டும். மறுபடியும் உத்கடாசனத்தால் ஜலத்தைக் கிரகித்து முன்போல் சுவஸ்திகத்திலிருந்து மேற்செலுத்தவேண்டும். இப்படி பஸ்திசுவஸ்திகங்களால் வயிறுமுழுவதையும் ஜலத்தால் நிரப்

சனமாக வுட்கார்ந்துகொண்டு ஜலம் உள்ளே பிரவேசிக்கும்வண்
ணம் ஆதார (குத) த்தைச் சுருக்கவேண்டும். பின் உட்சென்
ற நீரை நெளவிகர்மத்தால் அலசி வெளியே விடவேண்
ம். எ-று.

இங்கே * நாளமென்றது பூங்கிற்குழல். அசைச் சு
ண்டுவிடல் நுழையத்தக்க துவாரமுள்ளதும், ஆறங்குலம் நீள
முள்ளதுமாகக் கொண்டு, நான்கங்குல அளவு குதத்திற் செலு
த்தி, இரண்டங்குல அளவு வெளியில் வைக்கவேண்டும். இர
ண்டு குதிகாலிலும் இரண்டுகடிதடங்களையும் வைத்துக் கால்வி
ல்களா விருத்தல், உத்கடாசனமாம். தெளதி, பஸ்தியென்னு
மிரண்டு சுருமங்களையும் போஜனத்திற்குமுன்பே செய்யவே
ண்டும். அதன்பின் போஜனஞ்செய்யச் சிறிதும் தாமதிக்கலா
காது. சிலர் முன்னர் மூலாதாரத்தால் வாயுவை ஆகருஷி (இ
ழு)த்தலை அப்பியசித்து, ஜலத்தில் நின்றுகொண்டு குதத்தில்
நாளத்தைச் செலுத்தாமலே பஸ்திகர்மத்தை அப்பியசிக்கின்
றார்கள். அப்படிச் செய்யுமிடத்து, ஜலமுழுவதும் வெளியில்
வராது. அதனாற் பலரோகங்களும் தாதுசூத்யமுதலியவைகளும்
சம்பவிக்குமாயைபால், அப்படிப் பஸ்திகர்மம் விதிக்கப்பட
வில்லை. மற்றெப்படியெனின், சுவாத்துமாராமர் குதத்தில்

பி வயிற்றை விசேஷமாய்ச் சுழற்றுவதனால் (நெளவிகர்மத்தினால்) கு
டலின் சந்துகளிலும் குடலிலு மிருக்கும் பக்குவமானவைகளும் பக்கு
வமாகாதவைகளும், இறுகினவைகளும், இளகினவைகளுமாகிய மலங்
களைக் கரைத்துப், பின் ட்வகமில்லாமல் கிரமமாக வெளிபே விடவேண்
ம். இதனால் வயிறு வெளுத்தவஸ்திரம்போல் தோஷநீங்கிப் பரிசுத்
தமாகின்றது. பஸ்தியும், ஜலபஸ்தி வாயுபஸ்தியென இருவகையா
ம். ஜலத்தை யிழுத்தல் ஜலபஸ்தி. வாயுவை யிழுத்தல் வாயுபஸ்தி.
பஸ்திகர்மத்தில் கோமுகமே சிலாக்கியமாக அனுபவிக்கப்பட்டுள்ளது.

(*) இங்கே பொதுவாக நாளமென்றமையாற் சிறிய வழுவழப்புள்
ள எந்தநாளமும் கொள்ளலாம்.

நான்தை,தச் செலுத்தி யென்று சொல்லியபிரகாரம் விதிக்கப்படுகின்றது.

(அ-ஊக) பஸ்திகர்மத்தின் குணங்களை இரண்டு சுரோ
கங்களால் கூறுகின்றார்.

மருதவீழைமொழிநாம்பாவி வா தவித் தகமொழி வாஃ |
 ஸவரிகழிபு ஹாவெந கழியந்தெலகருாழியாஃ || ௨௭ ||

(இ-ள்) குன்மமும், பிளீஹமும், ஜலோதாமும், வாதபித்
தகபங்களா லுண்டாகும் சகல ரோகங்களும் பஸ்திகர்மப்பிர
பாவ (சாமர்த்திய) த்தால் நசிக்கின்றன. எ-று. (உஎ)

(அ-ஸக) இதுவுமது.

யாதின்றி யாண்காணவ்வுலாடி னீர்து காணி னீறு
நவிழீவ்வி னீ. சுசெவ்வுவோவா வவப னீறு நயா னீறு
வயிராந னீ. ஜயவவ்விவ்வி. || ௨௮ ||

(இ-ள்) ஜலத்திலிருந்து அனுஷ்டிக்கப்படும் (அப்பியதி
க்கப்படும்) பஸ்திகர்மமானது இரசம், தேரஸ், மாமிசம், மேதை,
அஸ்தி, மச்சை, சுக்கிலம் என்னும் தானுக்கள்; சுரோத்திரம்,
துவக்கு, சக்ஷு, சிங்நுவை, ஆந்திராணம் என்னும் ஞானேந்தி
ரியங்கள்; வாக்ரு, பாணி, பாதம், பாயுரு, உபஸ்தம் என்னும்
கர்மேந்திரியங்கள்; மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்னு
ம் அந்தக்கரணங்களென்னுமிவற்றின் பிரசாதத்தையும், காந்தி
யையும், ஜடராக்கினியின் தீப்தி (விருத்தி)யையும் தருகின்றது.
வாதபித்தகபமென்னும் சகலதோஷங்களின் விருத்திசூயங்க
ளைக் கெடுக்கின்றது. (தோஷங்களின் சமத்தன்மையாகிய ஆ
ரோக்கியத்தைச் செய்கின்றதென்பது பொருள்). எ-று.

பரிதாபம், விசேஷம், சோகம், மோகம், கௌரவம், ஆவ
ரணம், தைந்தியம் (இஷ்டம்) முதலிய ராஜசத்ரமத்தார்மங்களை

தடுத்தப் பூசஞ்செய்ய (இழுக்க) வேண்டும். பிறகு மற்ற நாசித்துவாரத்தில் இரேசிக்க (வெளிப்படுத்த) வேண்டும். அடிக்கடி இப்படிச் செய்வதினால் மற்ற நாசித்துவாரத்தால் சூத்திரத்தின் நுனி வருகின்றது. அதை மூன்போல சாலனஞ் செய்ய (அசைக்க) வேண்டும். இதுவும் அனேகமுறை செய்தால் ஒரு முறை யுண்டாகும். (உக)

(அ-கை) நேதியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

கவாதுஸாயிநீமெவ லிவ்யஜ்ஜிவ்யாமிநீ | ஐ
தூய்யஜ்ஜா தரோமளவம் நெகிராஸம் நிஹஸி
வ || ௧௦ ||

(இ-ள்) கபாலசத்தியைச் செய்வதும் திவ்வியமாகிய திருஷ்டியைத் தருவதுமாகிய நேதிக்கிரியை தோளின் மேற்பாகத்தி லுண்டாகும் வியாதிகளை விரைவிற் கெடுக்கின்றது.எ-று.

சுலோகத்தின் முதல் சகாரத்தால் (உம்மையால்) நாசித்துவாரங்களின் சுத்தியும் கொள்ளப்படும். இரண்டாவது சகாரம் (உம்மை) அசை. (௩௦)

(அ-கை) திராடகத்தைக் கூறுகின்றார்.

நிர்ஷெஹிஸுருஜ்ஜா ஸகூக்ஷகூஜஸோஹிதஃ |
சுஸ்ரஃஸவாதவயுக்தோ ஜோவாமெயு ஸாடகஸ்ய
தஃ || ௧௧ ||

(இ-ள்) ஏகாக்கிரசித்தனாய் நிச்சலமாகிய (அசைவற்ற) பார்வையால் சூக்ஷ்மமாகிய லக்ஷியத்தைக் துண்ணீர் விழும்வரையில் பார்க்கவேண்டும். இது * திராடகமென்று மச்சேந்

* பிராதக்காலத்தி லெழுந்து சகாசனத்திலிருந்துகொண்டு, கண் களைத் திறந்து திராடகமொன்றினையே யப்பியாசிக்கவேண்டும். மிக நின்மலமாகிய அந்த இலட்சியத்தைச் சிந்தைகள் நீங்கியவனாயிருந்து

தீரர் முதலிய ஆசாரியர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

(அ-கை) திராடகத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

மோஉநுமெதது ரொமாணாஃ தௌரீநாஃ கவா
டகழ் | யததஸுரடகமொவ்யௌ யயரஹாடகவெட
கழ் ||

|| ௩௨ ||

(இ-ள்) நேத்திரோகங்களைக் கெடுப்பதாயும், தந்தினை முதலியவற்றை அடக்குவதாயுமுள்ள திராடகமானது பிரயத்தனத்தால் இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாம்; பொன்னைத்திருக்கும் பெட்டி மறைத்து வைக்கப்படுவதுபோல. எ-று.

நித்தினைக்குமுன் வரும் சேரம்பலாகிய தாமதநித்தினைத் தி தந்தியையெனப்படும். (௩௨)

(அ-கை) இனி நெளவிகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

சுரேநாவகபுவெமெந தநாநுஸவ்யாவஸவ்யதஃ | த
தாஃஸொஹாஸெயெஷ்வா நளவீஃஸிவெஷ்வெஷ்வ
தெ ||

|| ௩௩ ||

(இ-ள்) தோள்களை வளைத்துக்கொண்டு வரிற்றை வள

பார்க்கவேண்டும். இவ்வப்பியாசத்தால் வாயுவும்நேத்திரமும் ஸ்திரீந்தன்மையை யடைகின்றன. இப்படி இலகியநீகையைச் செய்து, சிறிது நேரம் கண்களை மூடிப், பிறகு திடீரெனத் திறந்து, எதிரில் நிச்சலமாகிய ஆகாயத்தை ஏகாக்கிரசித்தனாய் சூரியபிம்பம் தோற்றும்வரையில் பார்க்கவேண்டும். இதனால் மிகநின்மலமாகிய திருஷ்டியுண்டாம். இத்திராடகம் நாசிநுனியிற் சித்திக்கின், சாதகன் க்ஷணத்தில் தேகவியாதி யின கிலேசங்களில்லாதவனாகின்றான். புருவநடுவில் நிறுத்தி எப்போதும் அப்பியசித்தால், கேசரியையும், திவ்வியதிருஷ்டியையும், யோகிதருக்கு யோகபலமாகிய சித்தியையும் தரும். இதனால் சிரோகமலத்திலுள்ள வாயுவும் இருதயமும் திரும்பி ஒழுங்குடையனவாகின்றன. திராடகத்தின் திடாப்பியாசத்தால் கூர்மவாயுவும், மூலபந்தத்தால் அபானவாயுவும், ஜாலந்தரத்தால் உதானனும், சாலனத்தால் சமானவாயுவும் பிராணவாயுவும் ஜயிக்கப்படுகின்றன.

மிடமாக நீர்ச்சுழியைப்போல் அதிவேகமாய்ச் சுற்றவேண்டும்.
இது சித்தர்களால் * நௌலி பென்று சொல்லப்படுகின்ற
து. எ-று. (௩௩)

(அ-கை) நௌலியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

தேஹா ஸ்ரீஸநீவ நவா ஸநா லி ஸநாவிகா நநுகரீஸ
மெடிவ | சுஸௌஷ்டொஷா யெஸௌஷணீவ ஹக்ரி யா
ளேலிரிபஸு நளவி: || (௩௪)

(இ-ள்) இந்த நௌலி அக்கினிமந்தத்தைக் கெடுத்தல்
(ஜடராக்கினியைச் செவ்வையா யெழுப்புதல்), ஜீரணஞ்செய்
தல் முதலியவற்றைச் செய்வதாயும், எப்போதும் ஆந்தக்
தைச் செய்வதாயும், (வாதாதி) சகல கோகங்களையும் கெடுப்ப
தாயும், (தௌதிபஸ்தியென்னு மிரண்டுக்கும் இது வேண்டியதா
யிருத்தலால்) தௌதியாதி ஹடக்கிரியைகளுக்கு முடி (கிரீடம்)
போல் உத்தமமாய் மிருக்கின்றது. எ-று.

முதலியவெனுஞ் சொல்லால் மலசுத்திமுதலியவைகளும்
கொள்ளப்படும். (௩௪)

(அ-கை) இனிக் கபாலபாதியையும் அதன் குணத்தையு
ம் கூறுகின்றார்.

ஹஸாவதௌ ஹகாரஸ்ய நௌவகுரள ஸஸஹ
தே | கவாயுஹா திவிபூஷ்யாதா சுமரெஷாஷலிஸொ
ஷணீ || (௩௫)

(*) பாகியம் ஆந்தரமௌ நௌலி யிரண்டுவகையாம். அவற்று
ள் பாகியநௌலி தூலாசிரியராற் சொல்லப்பட்டது. ஆந்தரநௌலி
யை ஹடாதநாவளியில் “இடைகலையினால் வேகமாய்ச் சுழற்றி, அப்படி
யே பின்கலையினாலுஞ் சுழற்றிப், பின் அவ்விரண்டினாலும் சுழற்றவேண்
டும். இவ்வாந்தரநௌலி யென்றாற் சொல்லப்பட்டது” என்று ஸ்ரீநிவா
சயோகீந்திரர் கூறியிருக்கின்றனர். நௌலியைச் சுவஸ்திகாசனத்தி
லிருந்து செய்யவேண்டும்.

(இ-ள்) கொல்லன் தருந்தியைப்போல் வேகத்தோடு இரோகபூரகம் செய்தல், கபாலபாதி யெனப்படும். அது இருபது கபரோகங்களையும் கெடுக்கும். எ-று.

“கஹரொமாஸுவிஸ்திஃ” கபரோகங்களிருபதாம்” என்று நிதானமென்னும் நூலில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௩௫)

(அ-கை) ஷட்கருமங்கள் பிராணாயாமத்திற்கு உபகாரமுள்ளனவா மென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஷட்கு-கிம-தஸ்யுளயு கஹரொஷிவாஹிகஃ | ப்ரா
ணாயாமிததஸ்காய-பா ஷநாயாலெ நவியுதி ||௩௬||

(இ-ள்) தெளதி முதலிய (*) ஷட்கருமங்களால் ஸ்தூல சத்தன்மையும் கபதோஷமுதலிய மலங்களும் நீங்கியபின் பிரா

(*) “ஷட்கர்மங்களோடு சக்கிரிகர்மம் ஸ்ரீ சுவாத்தாமாராமயோகீந்திரரால் சொல்லப்படாவிடினும், அப்பியாசிகளுக்குச் சாதகமாக என்னாற் சொல்லப்படுகின்றது” என்று ஹடாந்நுவளியிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

சக்கிரிகருமம்:—நடுவிரலிரண்டையும் நகங்களேச்சிவி ஆழிவினா யெண்ணெயிலாவது நெய்யிலாவது தோய்த்துக், குசத்துவாரத்தூட் செலுத்தி, மெல்ல வாயுவை இருதயம்வரையி லிழுத்துக், குதம் அகலமாகும்படி மூன்று நான்கு முறை செவ்வையாய்ச் சுழற்றவேண்டும். இப்படி அஜீரணாதி தோஷங்கள் நீங்கும்வரையிற் செய்யவேண்டும். இது சக்கிரிகர்ம மெனப்படும். இதனால் குடலில் தங்கியிருக்கும் நாற்றமுள்ள தூர்மலங்களின் நீக்கமும், மூலசக்கரத்தின் விரிவும், சூலை, குன்மமுதலிய ரோகங்களின் நாசமும், தீபனமும் உண்டாகும். இதற்குச் சம்சயமில்லை.

கிலிகர்மம்:— சுட்டுவிரல்நடுவிரல்களால் உண்ணாக்கைப் பிடித்து அடிக்கடி மத்தித்தல், கிலிகர்மமாம். இது சந்துக்களி லொட்டியிருக்கும் கபதோஷங்களை நீக்கும். வஜ்ரோலி, சங்கப்பிரகாசனமுதலியவற்றையும் இக்கிரியைகளோடு சேர்த்துக் கூறுவர்.

னாயாமம் செய்யவேண்டும். அதனால் (ஷட்கர்மபூர்வமாகிய பிராணாயாமத்தால்) யோகம் (வருத்தமில்லாமற் சித்திக்கின்ற து. எ-று.

கபதோஷமுதலிய என்பதிலுள்ள முதலியவெனுஞ் சொல்லால் பித்தமுதலியவைகளும் நீங்கியபின் என்று கொள்க. ஷட்கர்மம் செய்யாவிடின் பிராணாயாமத்தி லதிகவருத்த முண்டாகு மென்பது ஞாற்பரியம். (௩௬)

(அ-கை) மதபேதத்தால் ஷட்கருமங்களி னுபயோகமின்மையைக் கூறுகின்றார்.

பிராணாயாமெதெரெவஸவெபு ப்ரஹ்-ஷ்ஞி ரீவா
ஐதி | சூதாயபூணாத- கெஷாஹி ரீநு-தே-ந
ஸந்தேதே || || ௩௭ ||

(இ-ள்) பிராணாயாமத்தினாலேயே சகலமலங்களும் கெடுகின்றன வென்னு மேதுவால் யாஞ்ஞவஸ்கியர் முதலிய சில ஆசாரியர்களுக்கு அந்நியமாகிய ஷட்கர்மங்கள் சம்மதமில்லை. எ-று.

வஜ்ரோலி:— இலிங்கத்துவாரத்தால் ஜலமுதலியவற்றை உள்ளே யிழுத்து விடுதல், வஜ்ரோலியாம்.

சங்கப்பிரக்ஷாளனம்:—வாயினால் நீரைக்குடித்து மூலத்துவாரத்தால் வெளிப்படுத்துதல், அல்லது மூக்குத்துவாரத்தால் ஜலத்தையிழுத்து வாயின் வழியாய் விடுதல், அல்லது மூக்கின் ஒருதுவாரத்தால் ஜலத்தையிழுத்து மற்றொரு துவாரத்தால் விடுதல், சங்கப்பிரக்ஷாளன மெனப்படும். இது கப பித்தங்களைக் கெடுக்கும்.

இக்கருமங்களுள் தெளிமுதலிய ஆறு அல்லது எட்டு யோகத்திற்கு முதலிலேயே பிரயோசனமுடையனவாம். வீரியஸ்தானத்தைச் சோதிக்கும்பொருட்டு வஜ்ரோலியும், சமாதிகாலத்தில் மிஞ்சியிருக்கும் மலத்தை நிவர்த்தித்தலால், வெகுகாலம் வரையிலும் சமாதி நிலைக்கும் பொருட்டு சங்கப்பிரக்ஷாளனமும் வேண்டப்படும். சும்பகத்தின் விருத்தியின்பொருட்டு கபாலபாதி விரும்பப்படும்.

ஆசாரியரிலக்ஷணம் “ சூர்திராதிவஸாஸாயு ரோவா
ரெஸூவயக்யவி | ஸயரோவரதெபஸூராவாயுதெஸநக
யுதெ | சாஸ்திரார்த்தங்களை விரித்து (பாவச்செய்து) உலக
த்தாரையும் சாஸ்திரத்திற் கூறிய ஆசாரத்தில் ஸ்தாபித்துத், தா
னும் அவ்வாசாரத்தை யாசரிக்கின்றபடியால் ஆசாரிய ரெனப்ப
டுகின்றனர்” என்று வாயுபுராணத்திற் சொல்லப்படுகின்றது.

(அ-கை) கஜகரணியைக் கூறுகின்றார்.

உஜாமதவஜாயுரே-உஜீனி வவநஜீவாநஜீயய
கூணநாடு | சூரீவரிவயவஸூநாவிவசூராமஜகரணீ
திநிமஜுதெஹஃஹேஃ || || ௩௮ ||

(இ-ள்) யோகிகள் அபானவாயுவைக் கண்டநாளத்தில்
எழுப்பிச், சாப்பிட்ட அன்னத்தையும் குடித்தஜலத்தையும் வா
ந்தி செய்கின்றார்கள். கிரமமாக * அப்பியசித்தலால் நாடிச்சக்க
ரங்கள் சுவாதீனமாகும். இந்தக்கிரியை ஹடயோகமுணர்ந்தவ
ர்களால் கஜகரணியென்று சொல்லப்படுகிறது. எ-று.

சூரீவரிவயவஸூநாவிஜாமுஃ || என்று சிலபாடம் உ
ண்டு. அதன் பொருள்:— கிரமமாகிய அப்பியாசத்தால் எதி
ல் சங்கினிநாடியின் மார்க்கம் கழுத்தளவும் வசமாகின்றதோ,
அப்படிப்பட்ட இந்தக்கிரியை என்பதாம். (௩௮)

(*) கிரமமாக அப்பியசித்தலாவது:— முன்னே உத்கடாசனத்தி
ல் சமசீரமாயிருந்துகொண்டு, நெளவியால் அனலை யெழுப்பித் தொண்
டையை அபானனை எழுப்பும்வழியாக்கி, முன் உட்கொண்ட அன்னபா
னங்களை வாந்திசெய்யவேண்டும். அதாவது உத்கடாசனத்திலிருந்து
கொண்டு கைகளை மூடி முழந்தாள்களின்மேல் செவ்வையாய் வைத்து,
அதன்பின் குனிந்து வாயுவை மேலிழுத்து வேகமாய் உட்கொண்ட
வற்றைக் கக்கவேண்டும். உட்கொண்டவைகள் ஒருக்கால் வராவிடின்,
அப்போது வளைந்த கடிப்பிரதேசத்தை எழுப்பியிருந்துகொண்டு, இரண்
டுமுழந்தாள்களையும் முன்கைகளாற் பிடித்துக்கொண்டு முன்போல்
வாந்திசெய்க. இது கஜகரணியை யப்பியசிக்கும் கிரமம்.

தத்தானுமில்லை. எ-று.

அப்படியே “வாடிதெ நவகாடு வொய்யு தெ நவக
பேணா | ஸாயு தெ தஸகெ நா வியொ நீய-தூஸோயி நா
சமாதியோடுகடிய யோகியானவன் காலனா லுண்ணப்படான்.
கர்மத்தால் பாதிக்கப்படான். எதனாலும் சாதிக்கப்படான்”
என்று சொல்லப்படும். இதனால் சுவாதீனமுடையவ னாகின்
றானென்பது பொருள். இங்கே திருஷ்டி யென்பது ஞான
சாமானியம். (சு 0)

(அ-தை) இதுவுமது.

வியிவ தூண ஸாயா வெநெ ந-பாய் வகெ விஸொயி
தெ | ஸ-ஷ-தூ வடி ந-லி-தூ ஸ-வா-பி-ஸ-தி-ரா-
தஃ || (சுக)

(இ-ள்) ஆசனம் ஜாலந்தரபந்தமுதவிய விதியோடுகடி
ய பிராணாயாமத்தால் நாடிசமுதங்கள் நிர்மலமானால், வாயு இ
டைபிங்கலைக்கு மத்தியிலுள்ள சுழுமுனைநாடியின் முக (அ
வார)த்தைத்திறந்துகொண்டு அநாயாசமாகச் சுழுமுனைக்குட்
பிரவேசிக்கும். எ-று (சுக)

(அ-தை) இதுவுமது.

தார-தெ-யு-ஸ-வாரெ ந-வெ-ஸ-ய-பு-வ-ஜாய
தெ | யொ-ந-ஸ-ஷ-ரீ-காவஃ வெ-வா-வ-ஸ-ந-நா
ந-நீ || சஉ ||

மனோன்மனியென்னுஞ் செரல் உன்மனியின் பரியாயமாம்.
அவ்வாறு மேல் “நாஜயோமஸராயிஸு—இராஜயோகசமாதியு
ம்” என்பவற்றாற் சொல்லப்படும். (சஉ)

(அ-கை) விசித்திரமாகிய சும்பகங்களில் பிரவிருத்தி
யை யுண்டாக்குதற்கு, அவற்றின் முக்கியபலத்தையும் அவாந்
தரபலத்தையும் கூறுகின்றார்.

தஸ்யபெலியாநஸூ ஸ்விதாநுகூவபுனிகூஹ
காநு । விவிதகூஹகாஹ்ராலாஸவிவிதாஹ்விபிர
ஹ்யாஸ । ॥ சக ॥

(இ-ள்) சும்பகாநுஷ்டானத்தின் விதான (பிரகார) ங்க
ளை அறிந்தவர்கள் அவ்வுன்மனியவஸ்தை சித்திக்கும்பொருட்
டுச் சூரியபேதமுதலிய நாநாவிதகும்பகங்களைச் செய்கின்றார்க
ள். விசித்திர (நாநாவித) சும்பகங்களினப்பிராசத்தால் விசித்
திர (அணிமாமுதலிய நாநாவிதவிலக்ஷணமாகிய அல்லது ஜெ
ன்மம், ஓஷதி, மந்திரம், தவமென்பவைகளாலாகிய) சித்தியை
யடைகிறான். ஏ-று.

அது “ஜந்நஸூயிதவொரெனூ யபூவதீரிஹஸி
ஸபஃ । யொமெநாஹ்ஸூதிசாஃஸவபூஃ நாமெந்யெபூ
மமதிஃ வுஜேசு ॥ பிறப்பு, ஓளஷதம், தவம், மந்திரம் என்பவ
ற்றா லிங்கே எவ்வளவு சித்திகளுண்டாகின்றனவே, அவை
யெல்லாவற்றையும் யோகத்தினு லடைகிறான், யோககதியை
யோகத்தினுலடைவதை) மற்றவைகளா லடையான்” என்று
பாகவதத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. பிரத்தியாகாரமுதலிய
வற்றின் பரம்பரையாக அடைகிறுனென்பது தாற்பரிய
ம்.

(அ-கை) இனி அஷ்டகும்பகங்களின் பெயர்களைக் கூ
றுகின்றார்.

ஸூபபுஹேநநஜாயீ ஸ்விதாஸீஸீதஸீதயா ।

இரண்டாம் உபதேசம்.

அக

ஹஸ்திகாலா ரீரீகதவா ஹஸ்திகாலா ரீரீகதவா ||

(இ-ள்) சூரியபேதநம், உஜ்ஜாயி, சீத்காரி, சீதலி, பஸ்திரிகை, பிராமரி, மூர்ச்சை, பிலாவினினைக் (*) சும்பகங்கள் எட்டாம். எ-று. (சச)

(அ-கை) இனி ஹஸ்தியில் அநந்தியசிந்தமாகிய மேன்மையுள்ள சகலகும்பகங்களின் சாதாரணயுக்தியை மூன்று சலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

வாரகாநை துகதவ்யோ வாயோஜாநாயரா
லியஃ | காலகாலவாரகாநை துகதவ்யோ ஹஸ்தி
யாநகஃ ||

(இ-ள்) (கமுந்தைச் சுருக்கி மோவாய்க்கட்டையை இருதயத்தில் ஸ்தாபித்தலாகிய) ஜாலந்தாமென்னும் பந்தம், பூரகம் செய்தபின் சடிதியிற் செய்யவேண்டும். உட்டியானபந்தம் சும்பகத்தின் அந்தத்தில் அதாவது சிறிது சும்பகமிருக்குங்கால் இரேசகத்தின் ஆதியில் (இரேசித்தற்குமுன்) செய்யவேண்டும். எ-று.

வாரகாநை துக என்பதிலுள்ள துக (து) சப்தத்தால் சும்பகத்தின் ஆதியில் எனப்படும். பிரயத்தின விசேஷத்தால் நாபிப்பிரதேசத்தைப் பின்புறமாக இழுத்தல், உட்டியான பந்தமாம். (சரு)

(*) இவற்றுள் சூரியபேதனம், உஜ்ஜாயி, சீதளி, பஸ்திரி என்னும் நான்கும் யோககுண்டலியுபநிஷத்திலும், யோகதத்வோபநிஷத்திலும், உஜ்ஜாயி, சீதளிகளுடன் சீத்காரியென்பது சாண்டில்யோபநிஷத்திலும், அவ்வெட்டென் புஜகீகரண மொன்றாக ஒன்பது சும்பகங்கள் ஹடாநாவளியிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. ஹடாநாவளியிற் கூறிய ஒன்பதாவது புஜகீகரணமென்னும் சும்பகம் யாதேனின், “கண்டத்தால் வாயுவைப் பூரித்துக் கண்டநாளத்தினாலேயே வாயுவை இரேசித்தல், புஜகீகரணமெனும் ஒன்பதாவது சும்பக மெனப்படும்” மென்பதாம்.

(அ-கை) இதுவுமது.

சுயஸூதா துஷ்டெநநாஸா கணவஸ்கொவநக்ய
தெ | சியெவஸூரிசகாமெநதஸ்யா தானொஸு ஹநா

பிமஃ!

||சக||

(இ-ள்) கண்டத்தைச் சுருக்கு (ஜாலந்தரபந்தத்தைச் செய்) தலாலும், விரைவாய் ஆதாரத்தைச் சுருக்கு (மூலபந்தஞ் செய்) தலாலும், நாபிப்பிரதேசத்தைப் பின்புறமாக இழுத்தலா (உட்டியானபந்தத்தினு) லும் (இம்முன்று பந்தத்தையுஞ் செய் தலால்) பிராணவாயு பிரமநாடியென்னுஞ் சுழுமுனையை யடை கின்றது. எ-று.

இங்கே இது இரகசியம்:— ஸ்ரீ குருமுகமாக ஜிஹ்வாபந்தம் செவ்வையாயறியப்படிந், ஜிஹ்வாபந்தபூர்வகமாகிய ஜாலந்தர பந்தத்தினாலேயே பிராணாயாமம் சித்திக்கும். இல்லாவிடின், வாயுவினது பிரகோபத்தா லுண்டாகத்தக்கனவாகிய தாதுக்ஷயம், தேகமெலிவு, முகத்தில் பிரசன்னத்துவமுதலிய சகல இலக்ஷணங்களு முண்டாகின்றன. மூலபந்தஉட்டியானபந்தங்க ளிரண்டும் உபயோகமுள்ளனவல்ல; அவையிரண்டும் ஜிஹ்வாபந்தபூர்வகமாகிய ஜாலந்தரபந்தத்தினாலேயே வேறு விதமாய்ச் சித்தித்தலால், ஜிஹ்வாபந்தத்தைத் தெரிந்து கொள்ளாவிடின், ஆதாரத்தை யிழுத்தலா லென்று கூறியவண்ணமாகிய பிராணாயாமஞ் செய்யவேண்டும். முன்றுபந்தங்களும் குருமுகமாகவே தெரியத்தக்கனவாம். மூலபந்தத்தைச் செவ்வையாகத் தெரியாவிடின் அது நானாரோகங்களை யுண்டாக்கும். அதெப்படியெனின், மூலபந்தஞ்செய்தலால் தாதுக்ஷயமும், நீரடைப்பும், அக்கினிமந்தமும், நாதமந்தமும், ஆட்டுப்புழுக்கையைப் போல மலமிறுகுதலும் உண்டாகும். அப்போது மூலபந்தம் செவ்வையாக அறியப்படவில்லை யென்றறி க. தாதுபுஷ்டியும், செவ்வையாக மலசுத்தியும் ஜாடராக்கினி

யின் விருத்தியும், நன்றாய் நாதப்பிரகடனமும் உண்டாகுமாயி
ன், அப்போது மூலபந்தம் செவ்வையாக அறியப்பட்ட தென்
றறிக. (சுக)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுவாநதீஹுபுடீ-சுவாஹு வாணாகுணாடியொந
யெக | யொநீஜராவிதீ-கஸுஹெஷாஸாஸுவயொ
ஹவெக || || சௌ ||

(இ-ள்). அபானவாயுவை மேலெழுப்பி ஆகாரத்தை யி
ழுத்தலால், பிராணவாயுவைக் கண்டத்திற்குக் கீழ்பாகத்தில்
எவன் கொண்டுபோகிறானோ, அந்த யோகி (யோகாப்பியாசி)
ஜனாயி (மூப்பி) னின்றும் விடுபட்டவனாய்ப் பதினாறு வயதுள்
ளவானாகின்றான். எ-று.

“வகுரகாஹெதத-கத-புவு” என்பவை (சடு-வதுமு
தலிய சுலோகம்) களால் ஒரு அர்த்தமே நிச்சயிக்கப்படுகின்ற
து. என்றாலும் “வகுரகாஹெதத-கத-புவு” என்பதனால்
(சடு-வது சுலோகத்தால்) பந்தங்களின் காலமும், “சுவாஹு
த-ஹெநந” என்பதனால் (சுக-வது சுலோகத்தால்) பந்தங்
களின் சொரூபமும், “சுவாநதீஹுபுடீ-சுவாஹு” என்பதனால்
(சௌ-வது சுலோகத்தினால்) பந்தங்களின் பலமும் சொல்லப்ப
ட்டதென்பது விசேஷம். ஜாலந்தா பந்தமும் மூலபந்தமும்
செய்வதனால் நாபியை அதோ (பின்) பாகத்தில் இழுத்தலெ
னப்படும் பந்தமாகிய உட்டியானபந்தம் உண்டாகின்றது. ஆ
தலால் இந்தச்சுலோகத்தில் உட்டியானபந்தம் சொல்லப்படவி
ல்லை. அப்படியே ஞானேசுவரால் “மூலபந்தஜாலந்தாபந்தங்
களைச் செய்தால் நாபியைப் பின்னிழுத்தலென்னும் பந்தம்
(உட்டியானபந்தம்) தானே உண்டாகின்றது”. என்று கீதை
யினது ஆறாவது அத்தியாயத்தின் வியாக்கியானத்திற் சொல்ல
ப்பட்டிருக்கிறது. (சௌ)

[illegible]

ய தேசத்திலிரம்மியமான மடத்தில் * மிருதுவாகிய ஆசனம் பாப்பி அதிலுட்கார்ந்துகொண்டு குருவையும் ஈசுவரனையும் மனத்திற் செவ்வையாக நினைத்து, (௩) ஊடி (இன்று) என்பது முதல் பரமேசுவரப்பிரசாதபூர்வகமாகச் சமாதியும் அதின் பலமும் சித்திக்கும்பொருட்டு, ஆசனபூர்வகமாய்ப் பிராணாயாம முதலியவற்றைச் செய்க்கிறேன் என்பதீராகத் தேசகாலங்களைச் சொல்லி, விதிபூர்வகமாகச் சங்கற்பித்து இரத்தினங்கள் பிரகாசியாநின்ற ஆபிரம் பணமுகளால் பூமண்டலத்தைத் தாங்கியிருக்கும் நாகராஜ (ஆதிசேஷ)னுக்கு நமஸ்காரம் என்று பீடம் (ஆசனம்) சித்திக்கும்பொருட்டு அநந்தனாகிய நாகேசனை நமஸ்கரிக்கவேண்டும். அதன்பின் ஆசனங்களை அப்பியசிக்கவேண்டும். சிரமமுண்டானால் கடைசியில் சவாசனம் அப்பியசிக்கவேண்டும். சிரமமில்லாவிட்டா லப்பியசிக்கலாகாது. (௫) கும்பகத்திற்கு முன்போகமாக விபரீதகாணியை ஜாலந்தரப்பிரசாதத்தின்பொருட்டுக் கும்பகத்திற்குமுன் அப்பியசிக்கவேண்டும். (௬) பிராணாயாமம் செய்வது கர்மாங்கமாகிய ஆசனத்தைச் செய்கு, கூர்மபுராணத்தின் சிவவாக்கியத்தின்படி யோகீந்திரர்முதலியோரை நமஸ்கரித்து, (௭) (கூர்மபுராணத்தல் சிவவாக்கியம்) சீஷர்களுடன் யோகீந்திரர்மனையும் விநாயகரையும் குருவையும் நமஸ்கரித்து யோகியானவன் என்னைத் தியானிக்கக்கடவன். (௮) அப்பியாசத்தில் சித்தாசனத்தைச் சேர்த்துப் பந்தபூர்வகமாக (†) முதலில் பத்துக்கும்பகங்கள் செய்யவேண்டும். பின் ஒவ்

* மிருதுவெனும் பதத்தைக்கொண்டு சிலர் இலவம்பஞ்சமுதலியவற்றைச் செய்யப்பட்ட ஆசனங்களையுங் கொள்வர்.

† முதல் நாளில் (சூரியபேதினி, உஜ்ஜாயி, சீதனி, பஸ்திரியென்னும்) நான்கு கும்பகங்களையும் ஒவ்வொன்றிற்கும் பத்துக்கணக்காகவும் மறுநாளில் பதினைந்தும் மூன்றாநாளிருபத்தைந்துமாகத் தினத்திற்கு ஐந்து விருத்திசெய்யவேண்டுமென்று யோகதீபிகையிலும் யோகதுண்டலியுபநிஷததிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

வொருநாளும் ஐந்தைந்து அதிகமாய்ச் செய்யவேண்டும். (௯) ஏகாக்கிரசித்தமுடையவர்களால் என்பதுபரியந்தற்கும்பகங்கள் செய்யத்தக்கனவாம். யோகித்தீர்கள் சந்திரசூரியர்களின் அப்பிரியாசத்தை முடிவிற் செய்யவேண்டும். (௧௦) இதை விவேகிகள் அதுலோமப்பிராதிலோமம் (ஒழுங்குள்ளது ஒழுங்கில்லாதது) என்று கூறுவர். ஒரோபுத்தியாயு (ஏகாக்கிரசித்தமு) ள்ளவன் பந்தபூர்வகமாகச் சூரியபேதனத்தையப்பிராதித்த, (௧௧) அதன்பின் உஜ்ஜாபினியையும், அதன்பின் ஸீத்காரியையும், அதன்பின் ஸீதலியையும், அதன்பின் பஸ்திரிகையையும் செவ்வையாய் ப்பிரியசிக்கவேண்டும். மற்றவற்றைச் செய்க, அல்லது செய்வாதிருக்க. (௧௨) முத்திரைகளைக் குருமுகமாகக் கேட்டுக் கிரமப்படி சேர்த்து அப்பிரியசிக்கவேண்டும். அகன்பின் பதுமாசனஞ் சேர்த்து நாதாநுசிந்தனம் செய்யவேண்டும். (௧௩) ஆநாவோடுசகலஅப்பிரியாசத்தையும் ஈசார்ப்பணம் செய்யவேண்டும். அப்பிரியாசத்தினின்று மெழுந்து (*) வெந்நீரால் ஸ்நானஞ் செய்யவேண்டும். (௧௪) ஸ்நானஞ் செய்து விவேகியானவன் நித்திய கர்மத்தைச் சுருக்கமாய் முடிக்கவேண்டும். மத்தியானத்திலும் அப்படியே அப்பிரியாசித்துக் கொஞ்ச மிளைப்பாறிப் போஜனஞ் செய்யக்கடவன் (௧௫) யோகிகள் பத்தியமாகவே சாப்பிடவேண்டும். அபத்தியம் ஒருநாளும் செய்யலாகாது. போஜனம் செய்தபின் ஏலமாவது இலவங்கமாவது தின்னவேண்டும். (௧௬) சிலர் கற்பூரமும் சோபனமாகிய தாம்பூலமும் இச்சிக்கின்றார்கள். பிராணாயாமப்பிரியாசிகளுக்குச் சுண்ணாம்பில்லாதது சிலாக்கியம். (௧௭) என்னும் இச்சிந்தாமணியின் வாக்கிய

(*) 'பிராதக்காலத்தில் ஸ்நானஞ் செய்தல் ஒருடயோகிக்கும் உருசிக்காது. அவசியமாயின் உஷ்ணஜலத்தால் ஸ்நானஞ் செய்யவேண்டும். குளிர்ந்த ஜலத்தால் ஸ்நானஞ் செய்யலாகாது. பிராதக்கால ஸ்நானம் அனிஷ்டமாம். மத்தியானத்தில் கண்டஸ்நானஞ் செய்யலாம்' என்பது மேலோர்மொழி.

ம் சிலரென்னும் பதத்தால் சுவாஸ்ய (சிலாக்கிய)ப்படவில்லை. ஏனெனின், அவ்விரண்டும் சீதோஷ்ணங்களுக்கு ஏதுவாயிருத்தலால். (கஅ) போஜனம் செய்தபின் மோக்ஷசாஸ்திரங்களைப் பார்க்கவேண்டும். அல்லது புராணசிரவணமாவது, ஈசுவரநாம சங்கீர்த்தனமாவது செய்யவேண்டும். (கக) சாயந்திரம் சந்திரா விதியைச் செய்து, முன்போல் யோக மப்பியசிக்கவேண்டும். மூன்றுநாழிகைப்பொழுதிருக்க அப்பியாசம் செய்யவேண்டும். (உ0) அப்பியாசஞ் செய்தபின் சாயஞ்சந்தி சதா (எப்போதும்) விவேகிகளால் செய்யத்தக்கதாம். யோகிகள் ஆர்த்தராத்திரியில் முன்போல் ஹடாப்பியாசத்தைச் செய்யவேண்டும். (உக) விபரீதகாணியானது போஜனத்திற்குப்பின் சிலாக்கியப்படாததாயால் சாயங்காலத்திலும் ஆர்த்தராத்திரியிலும் அப்பியசிக்கலாகாது. (உஉ)''

இனி (*) உத்தேசாநுக்கிரமமாகக் கும்பகங்களைச் சொல்லக்கூடுதி, அவற்றுள் முதலிற் சொல்லப்பட்டஞரியபேதனத்தையும், அதன் குணங்களையும் கூறுகின்றார்.

சூலநஸ-வெடிபொய் வயூவெவவாஸதந்த
தஃ | டக்ஷநாயூர ஸரோக்ஷஷ்ய வஹிஸ்யவ வநஸ
வெடிஃ ||

(இ-ள்) [“(ஸ-வளவெஸெ வு தீஷ்டாவ்யஸிரோஸந ரோதநஃ | நாத்யு-ஹிதநாதிநீவம் வெவாஜிநக-ஸொத ரடி-சபாவமாகவாவது சம்ஸ்காரத்தினாலாவது சசிபாகிய தேச(சுத்தமுள்ள இட)த்தில் குசம், மான்தோஸ், வஸ்திர மென்பவற்றை (ஒன்றன்மேலொன்றாக) விரித்த உயரமும் தாழ்வுமில்லாத தனது ஸ்திராச்சனத்தை ஸ்தாபித்து” என்று சொல்லப்ப

* உத்தேசம் பெயர்மாத்திரஞ் சொல்லுதல்.

ட்ட இலக்ஷணமுடைய ஏகாந்தஸ்தானத்தில் “ஸ-வாஸ நஸுஃ
ஸ-விஃஸஜீ வஃஸிரஸுஸீரஃ-சகாசனத்திலிருப்பவனாய்ச் சசி
யாய்ச், சமமானகமுத்தும் சிரசும் சரீரமுள்ளவனாய்” என்னு
ம் சுருதியினால் குசம் மான்றோல் வஸ்திர மென்பவற்றைக் கிர
மமாக ஒன்றன்மேலொன்றாக விரிக்கப்பட்ட] சகத்தைத் தரு
மாசனத்திலிருந்து, ஆசனத்தை (சுவஸ்திகம், வீரம், சிந்தம்,
பதுமமுதலியவற்று ளொன்றையாவது அல்லது முக்கியமாயிரு
த்தலால் சித்தாசனத்தையேயாவது) சேர்த்து, அதன்பின் வல
துநாடி (பிங்கலை) யால் தேகத்திற்கு வெளியிலுள்ள வாயுவை
மெல்லமெல்ல இழுத்து (பூரித்து). எ-று. (ச-அ)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுகுசுராஜா நவா மு ராஜ நிரொயாவயிக-ஹயெஸி
த தஃஸுமெ நஃஸவ்ய.நாபுர ரெஹயெதுவ நஃஸுமெநஃ ||

(இ-ள்) சிகைவனாயிலும் நகம்வனாயிலும் வாயுவின் நி
ரோதஅளவு உண்டாகும்படி சூம்பிக்கவேண்டும். அதன்பின்
மெல்லமெல்ல இடதுநாடி (இடைகலை) யால் வாயுவை இரேசிக்
கவேண்டும். எ-று.

அப்படியானால் “ஹொஹிர-ஃஸுபுரணோயம் ரெசகிகு
வெஷ-நிஸுரெஸி | டெஹ்விஜா ரயெதுஷக-ஸுஜா டிஜ நய
துவி || த தஃஸு துர வி தவெரா டவளசு ரெணோ ரணு ஹவ்வி
வசு | வநெரா மஜோ மஜாரிவ புரசு ரெணே துஜ-தாபியாஸ ||
கரொ திஸாஸு நிஜெ புரா ஹவ தஃஸுரி ஹயெஸி | தயா புர
ணோ ஹு டிவெஸுர டயம் பொமி நாஃசு ரெயாம தஃ | மூ ஹீ தஃ
வெவ்யோ நஸு-ஸிஸு ஹஜ-வ மஹி || ஹடத்தால் நிரோதிக்க
ப்பட்ட இப்பிராணன் உரோமத்துவாரங்களில் வெளிப்படும்.
அது தேகத்தைக் கிழித்துக் குஷ்டமுதலியவற்றையும் உண்
டாக்கும். அதனால் இதைக் காட்டாணையப்போல் கிரமமாகத்

திருப்பவேண்டும். காட்டானைச் சிங்கமுதலியவை கிரமமாக வ
சமாகும். ஆகவே, ஏவுகிறவனது சொற்படி நடக்கின்றன. அவன்
வார்த்தையைக் கடக்கிறதில்லை. அப்படியே யோகிகளது இரு
தயத்திலுள்ள இப்பிராணன் கிரமயோகத்தாற் கிரகித் தப்பியசி
க்கப்பட்டதாய் விசிராந்தியை யடைகின்றது” என்னும் வாக்கியத்திற்கு விருத்தமாகுதலால், பிரயத்தினத்தால் சும்பகம்
செய்யவேண்டுமென்று, எங்கே சொல்லப்பட்டிருக்கின்றதெனி
ன், அப்படியன்று ‘ஹ—த்தினால் நிரோதிக்கப்பட்ட இப்பிராண
ன்’ என்னும் வாக்கியம் பலமாகச் சீக்கிரமாய்ப் பிராணஜயம்
செய்யவேன் என்னும் புத்தியாக ஆரம்பிக்கும் அதிக அப்பியாச
த்தில் ஆசக்தியுடையவனைப் பற்றியதாயிருத்தலாலும், காட்ட
னையைப்போலவென்னும் திருஷ்டாந்தத்தின் மேன்மையாலு
ம் அப்படியாகாது. இதனாற்றான், சூரியசந்திரர்களது அப்பி
யாசத்தில் பூரித்து இயன்ற அளவு நிரோதிக்கவேண்டு மென்
றும், நிரோதத்தினால் என்றும் கூறியிருப்பது பொருந்துகின்
றது. ஆகையால் சும்பகம் மிகப்பிரயத்தினபூர்வமாகச் செ
ய்யவேண்டும். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு சும்பகம் மிகுந்த பிர
யத்தினமாகச் செய்ப்படுகின்றதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு அ
தில் குணதிக்கியம் (குணமிகுதிப்பாடு) உண்டாகின்றது. எ
வ்வளவுக்கெவ்வளவு தளர்ந்த சும்பக முண்டாகின்றதோ, அ
வ்வளவுக்கவ்வளவு குணக்குறை வுண்டாகின்றது. இதில் யோ
கிகளது அனுபவமும் பிரமாணமாம். பூரகமோ, வேகமாய்ச் செய்
தாலும் தோஷமில்லாமையால், மெல்லவாவது வேகமாயாவது
செய்யத்தக்கதாம். இரேசகம் வேகமாய்ச்செய்யின் பலங்குறை
யும். ஆகையால் மெல்லமெல்லவே செய்யவேண்டும்; வேக
மாய்ச் செய்யலாகாது, என்றிப்படி அநேகவிதமாய்க் கிரந்த்கார
ர் கூறியிருத்தலாலும் மெல்லமெல்ல இரேசிக்கவேண்டும்.

மெல்லமெல்லவென்று இரட்டித்துக்கூறியது ‘மெல்லவே

இரேசிக்கவேண்டுமென்னும் துணிவின் பொருட்டாம். அது
“விஷயெவவிஷயஜெவஜெநயெவவாயாரணை | தயா
வ ஸாஜநஹஜெவாசுஜெகோ அரி-வயெத || வியப்பிலு
ம், விசனத்திலும், இழிவிலும், துணிவிலும், தேற்றாதலிலும்,
உவகையிலும் ஒரோவாக்கியம் இரட்டித்துச் சொல்லப்படுகின்ற
து” என்று கூறப்பட்டிருக்கின்றது. (௪௯)

(இ-ள்) இதுவும்து.

கவாஸுஸாய நவாத ஜோஷஷம் சுஜீஜோஷ
ஹுக் | வ-நஃவ-நரிஜோகாய-ஹு வ-ப-ஹெஜ நஃ-
தஃ || || ௧௦ ||

(அ-கை) காபாலசுத்தி செய்வதும், (என்பது விதமாகிய)
வாததோஷங்களைக் கெடுப்பதும், வயிற்றிலுண்டாகும் கிருமி
தோஷங்களைக் கெடுப்பதுமாகிய இந்த உத்தமமான சூரியபே
தனம் அடிக்கடி செய்யத்தக்கதாகும். எ-று. (௧௦)

உஜ்ஜாயினி.

(அ-கை) உஜ்ஜாயினியைக் கூறுகின்றார்.

ஜ-வ-வ-ய-ஜ-நா-ய-ஹ-ஜ-கூ-ஷ-வ-வ-ந-ஸ-ஜெ-ந-
ய-ய-ம-தி-க-ண-த-ஹ-ஜ-ய-வ-ய-ஸ-ஷ-ந- | வ-ப-வ-
த-ஹ-யெ-தூ-ண-ரெ-வ-யெ-ஜ-ய-ப-த-க- || || ௧௧ ||

(இ-ள்) வாயை முடி (முத்திரை) செய்துகொண்டு கழுத்
துமுது விருதயம்வரையிலும் வாயு பொருந்தும்படியாக இடை
பிங்கலைகளால் வாயுவை ஆகருஷித்து (பூரித்து) முன்பேபால் [சூ
ரியபேதனத்திற்குச்சரியாக “சூகெஸராஜா நவா மரஜுநிரொ
யாவயிக-ஹெயக் ||” என்று (௪௯-வது சுலோகத்திற்) சொல்
வியபடி]கும்பிக்கவேண்டும். அதன்பின் இடதுகாடியினு வி
ரேசிக்கவேண்டும். எ-று. (௧௧)

(அ-கை) உஜ்ஜாயினியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ரௌஷோஷஹரங்குணௌஷோ நவவிவயுந0 |
நாபீஜௌரோஹாபா த0 மதௌஷவிநாஸந0 | மஹ
தாதிஷ்டதா காயபுஜேஜாயபூரவ்ய0 த0 க0 மக0 || ௫௨ ||

(இ-ள்) கண்டத்திலுள்ள கபமுதலீய சிலேஷ்மதோஷங்
களைக் கெடுக்கின்றது. ஜாடராக்கினியை விருத்தி செய்கின்றது.
நாடிகள், ஜலோதாம் (பருகப்பட்டநீரையுடையவயிறு) தேகத்தி
லுள்ள தானுக்கள் என்னு மிவற்றிலுள்ள தோஷங்களை நிவர்த்
தி செய்கின்றது. நடந்துகொண்டும், நின்றுகொண்டும் உஜ்
ஜாயினியென்னும் சூம்பகமோ செய்யத்தக்கதாம். எ-று.

த0 (ஓ) என்பது இதன்விசேஷமுடைமையைக் காட்டுகி
ன்றது. உஜ்ஜாயியென்றும் பாடம். நடந்துகொண்டும் நின்று
கொண்டும் பந்தமில்லாததாய்ச் செய்யத்தக்கதாம். (௫௨)

சீ த் க ரி .

(அ-கை) சீத்காரியென்னும் சூம்பகத்தையும் அதன் சி
லாக்கியத்தையும் கூறுகின்றார்.

வீதா0க0ய0பு0தயாவகௌ ஸ்ராணெமெநவவிஜ்ஜ0
லிகா0 | வனவஜ்ஜோஸ்யொமெநகாரீஷெவொசிதீய
க0 || || ௫௩ ||

(இ-ள்) வாயினால் சீத்காரஞ்செய்து (உதடுகளின் இடை
யிற் சேர்க்கப்பட்ட நாக்கினால் சீத்காரம் செய்தல் பூர்வமாக வா
யினாற்பூரித்து), நாசித்துவாரத்தினாலேயே இரோசகம் செய்வ
வேண்டும். இப்படி அடிக்கடி பழகும் யோகத்தால் (மிகுந்த
ரூபலாவண்ணியத்தால் காமதேவ (மன்மத)னுக்குச் சமானமா
குதலால்) இரண்டாவது காமதேவனாகின்றான். எ-று.

ஏகாரம்-வாயின் இயைபு (சம்பந்தம்) நீக்குதற் பொருட்டு.
வாயினால் வாயுவை வெளிவிடுதல் பலக்குறைவைச் செய்வதாயி

ருத்தலால், அப்பியாசத்திற்குப் பின்னும் அதைச் செய்யலா
காது. கும்பகம் சொல்லாவிடினும், சீத்காரியைக் கும்பகமு
டையதாக அறியவேண்டும். (௫௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

யொயிநீவகூ, ஸாரீர நயோஸ்ய ஷ்டிஸஹாரகாரகஃ |
நகூயா நத்யஷாநிதிர நெவாயஸ்ய ஜாயதே ||

(இ-ள்) யோகினிசமூகங்களைச் செவ்வையாக அப்பியா
சித்தவனும், பிரபஞ்சத்தின் உற்பத்தியைக்கொண்டு கர்த்தாவு
மாகின்றான். பசி, தாகம், நித்திரை, ஆலசியம் என்பவை உண்
டாகிறதில்லை. எ-று.

ஆலசியம், காயசித்தங்களின் கௌரவத்தால், பிரவிர்த்தியி
ல்லாமை. காயகௌரவம் (திண்மை) கபமுதலியவற்றாலும், சித்
தகௌரவம் தமோகுணத்தினாலு முண்டாகின்றன. (௫௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹவெ தகூஹெ ஹவ்யஸவெபூவடி வவஜிபுதஃ |
சுநெ நவியி நாலத்யஹெபாநீதே ரஹுரீணயெ || ௫௫ ||

(இ-ள்) தேகத்தின் சத்துவ (பல)மும் உண்டாகின்றது.
இவ்வப்பியாசவிதியால் யோகிந்தான் பூமண்டலத்தில் சகலஉப
த்திரவங்களும் இல்லாதனாகின்றான். இது சத்தியமே. எ-று.

சீ த லி.

(அ-கை) சீதலியென்னும் கும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜிஹ்வயாவாயாநாக்யஷ்யவகுவபூதஹவாயநஃ | ௫௬
நகெகவ்யபூணராயாஹார ரெஹயெதவநஸ்யஃ ||

(இ-ள்) (பட்சியின் அலைப்போல உதடுகளுக்கு வெ
ளியில் நீண்ட) நாக்கினால் வாயுவைப் பூரித்து, முன்போல் (சூரிய
பேதனம்போல்) கும்பகசாதனத்தை (விதானத்தை)ச் செய்து,

(அ-கை) இரேசகத்தின் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

யபராமகி ஹு துணைகவார வயிலஸ நடுவெமெ
நவகுரயெலுவிஹு துஜாவியிராநகம் | வ-நவிபு
ரெலயெ தவ துஜரயெலுவ-நடுவ-நடு || ௭௦,௨ ||

(இ-ள்) இருதயத்திலும் கழுத்திலும் கபாலம்வரையிலும் வாயு பொருந்தும்படி இரேசிக்கவேண்டும். அப்படியே இருதயதாமரைவரையிலும் வாயுவை வேகமாய்ப் பூரிக்கவேண்டும். அதுபோல மறுபடியும் மீரேசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் பூரிக்கவேண்டும். எ-று. (சு.௨,௨)

(அ-கை) முற்கூறிய அர்த்தத்தில் திருஷ்டாந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

யபெயெவெரூ ஹகாரெண ஹஸாவெமெ நவராமு
தெ | தபெயெவஸுஸரீரஸூ வராமெ தவ நடுயிபா ||

(இ-ள்) எப்படிக்கொல்லனால் துருத்தி வேகமாய் அசைக்கப்படுகின்றதோ, அப்படியே தனதுசரீரத்திலுள்ள வாயுவைப் புத்தியினால் அசைக்கவேண்டும். எ-று. (சு.௩,௨)

(அ-கை) இரேசகபூரகங்களை நிரந்தரம் அப்பியசித்தலால் சாலனத்தின் (அசைத்தனின்) அவதி(எல்லை)யைக் கூறுகின்றார்.

யபராமுரோஹவெஜெஹ தஜாஸுயெபுணவகுர
யெக | யபெயாஜரஹவெதூணபுரிநெந தயராவய- ||

(இ-ள்) எப்போது தேகத்தில் இரேசகபூரகங்களை நிரந்தரம் அப்பியசித்தலால் ஆபாசமுண்டாகின்றதோ, அப்போது எவ்விதமாக வாயுவினால் வயிறு இலகுவாய்ப் பூரணமாகுமோ, அவ்விதமாகச் சூரியநாடியினால் பூரிக்கவேண்டும். (சு.௨,௩)

(அ-கை) பூரகத்திற்குப்பின் எது செய்யவேண்டியதோ

அதைக் கூறுகின்றார்.

யாநபெந்நாவிகாஃயுசுஜ-நீஹ்ராவிநாஜுஃ |
வியிவதூஃஹகஃக்யகாரொஹபெஹ்யபாநிஹ || சுந. ||

(இ-ள்) நடுவிரல் சுட்டுவிரல்களை விட்டு (மற்றப் பெருவிரல் மோதிரவிரல் சுண்டுவிரல்களால்) நாசியைத் திடமாகப் பிடிக்கவேண்டும். [அதாவது பெருவிரலால் வலது நாசியை யழுத்தியும், அநாமிகை (மோதிரவிரல்) கனிஷ்டிகை (சுண்டுவிரல்) களால் இடது நாசியை யழுத்தியும் மூக்கைத் திடமாகப் பிடிக்கவேண்டுமென்பது பொருள்.] விதிப்படிச் சும்பகஞ்செய்து சந்திரநாடியால் வாயுவை இரோசிக்கவேண்டும். எ-று.

பஸ்திராவென்னும் சும்பகத்தின்பரிபாடி (மாத்ரி) யிதாவாம்:— இடதுநாசியை வலதுகையின் மோதிரவிரல் சுண்டுவிரல்களால்தடுத்து, வலது நாசியால் துருத்தியைப்போல் இரோசகபூரகங்கள் செய்யவேண்டும். சிரமமுண்டான காலத்தில் அந்தநாசியினாலேயே பூரகம்செய்து, அங்குஷ்டத்தால் வலது நாசியை நிரோதித்து, இயன்றளவு சும்பகஞ் செய்யவேண்டும். பின் இடதுநாடியினால் இரோசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் வலதுநாசியை அங்குஷ்டத்தால் (பெருவிரலால்) நிரோதித்து, இடதுநாசியால் துருத்திபோல விவாய் இரோசகபூரகங்கள் செய்யவேண்டும். சிரமமுண்டானால் அந்த நாசியினாலேயே பூரகஞ் செய்து, அனாமிகைகனிஷ்டிகைகளால் இடதுநாசியை நிரோதித்து, இயன்றளவு சும்பகஞ்செய்து பிங்கலையினால் இரோசிக்கவேண்டும். இது ஒருவிதம்.

வாம(இடது)நாசியை அநாமிகைகனிஷ்டிகைகளால் நிரோதித்து, வலது நாசியால் பூரித்து, உடனே அங்குஷ்டத்தால் நிரோதித்து வாமநாசியால் இரோசிக்கவேண்டும். இப்படி நூறுமுறை செய்து சிரமமுண்டான காலத்து அதனாலேயே பூரிக்கவேண்டும். பந்தபூர்வகமாகச் செய்து இடதுநாடியால் இரோசிக்க

வேண்டும். மறுபடியும் வஸ்துநாசியை அங்குஷ்டத்தால் நிரோதித்து இடதுநாசியால் பூசகம்செய்து, விரைவாய் இடதுநாசியை அநாமிகை கனிஷ்டிகைகளால் நிரோதித்துப் பிங்கலையால் துருத்திபோல இரோசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் மறுபடியும் இப்படிச்செய்து, இரோசகபூசகங்களின் ஆவிருத்தியால் (பழக்கத்தால்) சிரமமுண்டானால் இடதுநாசியாற் பூரித்து, அநாமிகை கனிஷ்டிகைகளால் பிடித்துக் கும்பகஞ்செய்து, பிங்கலையால் இரோசிக்கவேண்டும். இது மற்றொருவிதமாம். (சூ. ௩, ௮)

(அ-க) பஸ்திரிகையின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

வாதவித்யுஷ்ணஹரஸ்ரீ, ராஜிவியபூநம் | கர்ஷண
மீஸ்யாயகங்குலிபு, லவநஸ-வடிஹிதம் | ஸூஷ்ண
நாபீ-வேஸஸ்கவாடி, ம-உநாஸநபு || ௧௦ ||

(இ-ள்) இப்பஸ்திரிகை வாதபித்த சிலேஷ்மங்களைக் கெடுப்பதாயும், சரீராக்கினியை (ஜடராக்கினியை) விருத்திசெய்வதாயும், சீக்கிரம் குண்டலியை விழிப்பிப்பதாயும், பவித்திரம் செய்வதாயும், சுகத்தைத் தருவதாயும், (மூன்றுதோஷங்களையும் கெடுப்பதாயிருத்தலால் எப்போதும் எல்லாவற்றிற்கும்) இதமாயும், (பிரமத்தை யடைவிப்பதா யிருத்தலால்) பிரமநாடியெனப்படுகின்ற சுமுமுனையின் முகத்தில் (மேற்பாகத்தில்) செவ்வையாயிருக்கும் கபமுதலியவடிவினதாகிய தடையை (பிராணவாயுவின் போக்கிற்குப் பிரதிபந்தமாயுள்ளதை) நாசஞ்செய்வதாயு மிருக்கின்றது. எ-று.

எல்லாக்கும்பகங்களும் எப்போதும் இதமுள்ளனவாயினும், உஷ்ணமாகிய சூரியபேதனம் உஜ்ஜாயினி யென்னுமிரண்டும் பெரும்பாலும் சீதளமுள்ளபோது இதமாம். சீதளமாகிய சித்தாரி சீதலி யென்னுமிரண்டும் பெரும்பாலும் உஷ்ணமுள்ளபோது இதமாம். சிதோஷ்ணசமமாகிய பஸ்திராவென்னும் கும்பகம் எப்போதும் இதமாம். சுகஸ்கும்பகங்களும் சுகலரோகங்களை

யும் போக்குகின்றவைகளா யிருக்கினும், சூரியபேதனம் பெரு
ம்பாலும் வாதத்தைக் கெடுப்பதாயும், உஜ்ஜாயி பெரும்பாலும்
சிலேஷ்மத்தைக் கெடுப்பதாயும், சீத்காரிசீதவி யென்னுமிரண்டு
ம் பெரும்பாலும் பித்தத்தைக்கெடுப்பனவாயும் பஸ்திரையெ
ன்னும் குட்பகம் மூன்றுதோஷங்களையும் போக்குவதாயுமிருக்
கின்றனவென்று அறிக. பிரமநாடிபிரமத்தை யடைவிப்பதாமெ
ன்பது “ஸுதம்வெகா ஹுரயஸ்ய நாலுஸாஸாரங்கேயபூந
கேநிநிஸ்யுமெதகா | தபொஹுராயநரீககவெகேதிவிஷம
நரீகஉகேணைமவந்தி || இநதயத்தின் நாடிகள் நூறுமொன்
றுமாம். அவற்றுள் கடாலத்தைப்பேதித்துச் சென்றிருப்ப
து ஒன்று (சுமுமுனை). அதனால் (அந்சநாடியினால்) மேற்சென்
று அமிர்தத்துவத்தை (மாணமின்மையை) அடைகிறான். சு
ற்றிது முள்ள மற்றவைகள் பிராணனது கமனத்தில் நிமித்த
மாகின்றன (சம்ஸாரத்தையடையும் பொருட்டேயாகின்றன)”
என்று கடவல்லிசுருதியிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (காரு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸரீரது ஸரீர உதம்யுயி துபவிஷேகம் | வி
ஸெஷெணெவக துவுஹஸாவுஹஹகக்விடி ||

(இ-ள்) திடமாய்ச் சரீரமத்தியில் (சுமுமுனையிலே) செ
வ்வையாயுண்டாகிய பிரமகிரந்தி விஷ்ணுகிரந்தி உருத்திரகிரந்தி
யென்னும் மூன்றுகிரந்திகளின் பேதத்தை விசேஷமாய்ச் செ
ய்வதாயுமிருக்கின்றது. இதனாலேயே இந்தப் பஸ்திரையென்
னும் குட்பகத்தை விசேஷமாகவே செய்யவேண்டும். அதா
வது பஸ்திரை அவசியம் செய்யத்தக்கதும், சூரியபேதன முத
லியவைகள் நேரிட்டபடி செய்யத்தக்கனவுமாம். எ-று (காசு)

பிராமரீ.

(அ-கை) பிராமரீ குட்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

வெமாஜோஷ்வகுரகஹ்யம் நாடி ஹ்யந்தீ நாடி
ரெவகாஜிநிநா | யொதீஜாணாஜெவஜோஷயொ
மாஜிதெஜாநாகாவிஜாநநிநா || ௬௭ ||

(இ-ள்) வேகமாய்ச் சப்தத்துடன் ஆண்வண்டின் நாதம்
போன்ற நாதம் உண்டாகும்வண்ணம் பூரகஞ்செய்து, பெண்வ
ண்டின் நாதம்போன்ற நாதமுண்டாகும்வண்ணம் மெல்லமெல்
ல இரேசிக்கவேண்டும். இப்படி அப்பியாசிக்கும் அப்பியாச
யோகத்தால் யோகிந்திரர்களது சித்தத்தில் அநிர்வாச்சியமாகிய
ஆநந்தலீலையுண்டாகின்றது. எ-று.

பூரகத்தின்பின் சும்பகம், வண்டிகள் சும்பகமுடையன
வா யிருத்தலினாலேயே சித்தித்தது; விசேஷமில்லாமையினாலு
ம் சொல்லப்படவில்லை. பூரகஇரேசகங்களுக்கு விசேஷமிரு
த்தலால், அவை சொல்லப்பட்டன. (௬௭)

மூர்ச்சை .

(அ-க) மூர்ச்சையென்னும் சும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

வகுரகாந்தெமாஜகரஹ்யஜாதாயரஹ்நெ
ரெவயெநகுஹ்யநாவெய்யந்தெநாஜிஹ்யாஷ்வ
ஜா || ௬௮ ||

(இ-ள்) பூரகத்தின்முடிவில் மிக அழுத்தமாகிய ஜாலந்த
ர பந்தத்தைச்சேர்த்து மெல்லமெல்ல இரேசிக்கவேண்டும். ம
னதைமூர்ச்சிப்பிப்பதும் சுதந்தைந்தருவதுமாகிய இது மூர்ச்
சையென்னும் பெயருடையதாம்- எ-று.

மனதை மூர்ச்சிப்பிப்பது என்பதனால் மூர்ச்சையில் விக்
காகத்தைக்காணுதல் பூர்வகமாகிய பலம் சொல்லப்பட்டது.

பிராணி .

(அ-க) பிராணியென்னும் சும்பகத்தைக் கூறுகின்
றார்.

ஊதஃவ்விதுதொஃராரஃதாவஃஸிதொஃரஃ
வயஸ்யுமாயெஃவ்விஸஃவா ஹாவதெவஃவத்வஸஃ ||

(இ-ள்) சரீரத்திற்குள் பிரவர்த்தித்த (பூரிக்கப்பட்ட) வயிற்றிலுள்ள வாயுவால் நிரம்பப்பூரிக்கப்பட்ட வயிற்றையுடையவன் ஜலத்தின் ஆழத்திற்சென்றாலும் தாமரையிலேபோல் சுகமாக மிதக்கிறான். எ-று.

பிராணாயாமபேதம்.

(அ-கை) இனிப் பிராணாயாமத்தின் பேதங்களைக் கூறுகின்றார்.

புராணாயாமிஸ்யிபாவெபுராக்ரொஸுவஃஸுசுஃஹ
மெஃஃ | ஸஹிதஃசெவஃஸுஹி சுஃஹகொகிவியொ
தெஃஃ ||

|| ௭0 ||

(இ-ள்) சரீரத்திற் சஞ்சரிக்கும் வாயுவைத்தடுத்தலென்னும் பிராணாயாமம் இரேசகபூரககும்பகமென (*) மூன்றுவித

* “பிராணாயாமம் இரேசகம் பூரகம் கும்பகம் சூனியகமென விவேகிகளாற் சொல்லப்படும்” என்று நாரதீயத்திலும், ஸௌரபுராணத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே கூறிய சூனியகமென்பது இந்தாலிலும் வசிஷ்டர்முதலியோராலும் கேவலகும்பகமென்னும் பெயரால் வழங்கப்பட்டிருக்கின்றது. அது “வாஹாஹுஞ்ராலிஷ்யாக்ஷேவீஹதஃயுஃ || உள்ளும் வெளியுமிருப்பனவாகிய இரேசகபூரகங்களை மதிக்கிரமித்து (விட்டு) த்தானாயிருப்பது நான்காவதா (கேவலகும்பகமா)ம்” என்று பதஞ்சரலிபகவானாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

மற்றோர் எண்வகைப் பிராணாயாமம் அன்னபூர்ணோபநிஷத்திலும், வாசிட்டத்தில் புசண்டர் கதையிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

அஃது வருமாறு;— (க-உ) வாயு நாசிநுனிமுதல் கிரகவரையிலும் கிரகமுதல் இருதயம்வரையிலுமாகச் செல்லுதல், இருவகை உபபூகமாம்.

மாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சும்பகம் சகிதசும்பகம்

(க) அபானன் ஒடுங்கிப் பிராணன் இருதயத்திலுண்டாகாதிருக்கும் பூரணவஸ்தை, உட்கும்பகமாம்.

(ச) இருதயத்தினின்றும் பிராணன் தோற்றுவதற்கு வாயு வெளிநோக்குதல் (சிரசுபரியந்தம் செல்லுதல்), உள்இரோசகமாம்.

(ரு-சு) வாயு சிரசுமுதல் நாசிநுனிவரையிலும், நாசிநுனிமுதல் வெளியிற் பன்னிரண்டங்குலம் வரையிலுமாகச் செல்லுதல், இருவகைப் புறப்பூரகமாம்.

(எ) பிராணன் ஒடுங்கி அபானன் துவாதசாந்தத்தி லுண்டாகாதிருக்கும் பூரணவஸ்தை, புறகும்பகமாம்.

(அ) வெளியிலிருந்தும் அபானன் தோற்றுவதற்கு வாயு உள்நோக்குதல், புறஇரோசகமாம்.

இருதயத்தினின் றுதித்து வெளியிற் பன்னிரண்டங்குல அளவி லொடுங்கும் வாயு இரவியெனும் பிராணனும். துவாதசாந்தத்திலிருந்து ண்டாய் இருதயகமலத்திலொடுங்கும் வாயுமதியெனும் அபானனும். மேற்கூறிய பிராணபானகதிகளில் நடக்கும்போதும் இருக்கும்போதும் கனவிலும் நனவிலும் எப்போதும் இடைவிடாது மனதைச் செலுத்தினால், அப்போது நீண்ட ஆயுளும், பிராணன் ஒடுங்கி அபானன் உண்டாகாமலிருப்பதும் அபானன் ஒடுங்கிப் பிராணன் தோற்றாதிருப்பதுமாகிய மத்தியகத சிற்பரநிலை (ஜீவன் முத்தி) யுமுண்டாகும்.

அஜபை:— பூரகரோசகங்களைச் செய்யுங்கால் 'ஹம்ஸஃ, ஸொஹம்' என்று நேராகவும் தலைகீழாகவும் பிரகாசிக்கிற அஜபாமந்திரத்தினால் தத்துவமசி யென்னும் மகாவாக்கியத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கும் ஜீவப்பிரமைச்சகியம் அடிக்கடி சிந்திக்கப்படுகின்றது.

இந்த ஸொஹ மென்னும் அஜபாகாயத்திரியை ஈசுவரநாமத்தை ப்போல் ஜபித்தல் சித்தசுத்திக்கு ஏதுவாம். வெருகலம்வரையில் ஜபஞ்செய்யின் விருத்தி அந்தர்முகப்படும். அப்போது சுவாசம் வெளிப்படுங்கால் ஸகாரத்தை (ஸோவென்பதை) யும், சுவாசம் உட்பிரவேசிக்குங்கால் ஹகாரத்தை (ஹம்மென்பதை) யும் தியானிக்கவேண்டும். இதை 'ஹகாரெணவெஹியபூதி ஸகாரெணவியெஸுத' - ௩௦ :

கேவஸகும்பகமென இரண்டுவிதமென்பது யோகிகளது கொ
ள்ளை. எ-று.

ஹம்ஸஹம்ஸெத்யுஜைஃ ॥ १ ॥ ॐ ஜைஹ்வ திஸவபுஜா ॥ २ ॥
நமஸ்க்யா துஷ்டாயா ॥ விபரீதொஹவெஜவஃ ॥ ३ ॥ ஸொ
ஹம்ஸொஹரி திவ்ரொஜைஃ ॥ ४ ॥ யொமஃஸவபுஜெ ॥ ५ ॥ ஸகா
நஃவெவரீவொ துக்ஷாவஃ ॥ ६ ॥ ॐ ஜைஹ்வ திஸவபுஜா ॥ ७ ॥ ஸகா
நஃவெவரீவொ துக்ஷாவஃ ॥ ८ ॥ ஸகாநஃயுபதொஜ
ைஃ ॥ ९ ॥ ॐ ஜைஹ்வ திஸவபுஜா ॥ १० ॥ 'ஹகாரத்தால் வெளியிற்
சென்று ஸகாரத்தால் மறுபடியும் உட்செல்லுகின்றது. ஹம்ஸம்ஹம்
ஸமென்னும் இம்மந்திரத்தை ஜீவன் எப்போதும் ஜெபிக்கிறான். குரு
வாக்கியத்தினால் (இம்மந்திர)ஜெபம் சுழுமுனையில் விபரீதமாயுண்டாகி
ன்றது. அது ஸோஹம் ஸோஹமென்றடையப்பட்டதாய் மந்திரயோ
கமெனப்படுகின்றது'. ஸகாரம் கேசரி மெனப்படுகின்றது. துவம்
பதமென்றும் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஹகாரம் பரமேசுவரனாகின்ற
ர். தத்பதமென்றும் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. ஸகாரத்தைத் தி
யானிக்கும் ஜந்து நிச்சயமாய் ஹகாரமேயாகின்றான்'. என்னும் யோகபீ
ஜம், யோகசூடாமணியுபநிஷத்து, யோகதத்துவோபநிஷத்துமுதலிய
வற்றூற் காண்க. இது அஜபாகாயத்திரியாம். இதற்கு முக்கியமாக நி
வர்த்தியுடைய சந்நியாசி அதிகாரியாவன். அது சோபாதிகதியானம்.
இவற்றுணின்றும் ஸகாரம்ஹகாரமென்னும் மெய்யெழுத்துக்களையும் நீ
க்கி எஞ்சிநிற்கும் 'ஓம்; என்னும் அக்ஷரத்தைத் தியானித்தல் நிரூபாதிக
மாம். 'ஓம்' 'ஹொஹம்' என்னுமிவ்விரண்டு சப்தங்களும் பிரத்தியகாத்
மாவோடு அபின்னமாகிய பிரமமென்னும் ஒரே அர்த்தமுடையன. சுத்த
மாயிருத்தலால் நிரூபாதிகமாயினும், 'ஓம்' என்னும் அக்ஷரத்தில் ஸகா
ம்ஹகாரமென்னும் உபாதிகளைச்சேர்த்தலால் 'ஹொஹம்' என்னும் ச
ப்தமுண்டாகின்றது. ஆகையால் அது சோபாதிகமெனப்படுகின்றது.
இவ்வோங்காரத்தின் உபாசனைமாண்டேக்கியாதி உபநிஷத்துகளிலும் அ
ப்படியே விசாரசாகரம், பதார்த்தமஞ்சுஷாமுதலிய தூல்களிலும் விஸ்
தாரமாய்ச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

“புராணஃஸுபெஹஸுவா யுராபாஸுநிரொயந ॥

பிராணனென்பது தனது தேகத்தில் ஜீவித்திருக்கும்வாயு. ஆயாமம். அதைத்தடுத்தல்” என்று கோரக்கநாதரால் பிராணாயாம லக்ஷணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது “வஹியபுஷ்டி உநவா பொருஃபிராபெஹஸுபுதஃ ॥ வயிற்றினின்றும் வாயுவை வெளியில் இரேசித்தல் (விடுதல்), இரேசகமாம்” என்று யாஞ்ஞ வல்கியரால் இரேசகலட்சணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது “நிஷ்டே நாலாவிராடிஸெஷஃபுராணஃ வஹிஃஸுபுநிவாநி டெந | நிராயுஸஃகிஷ்டிநாஃவாயஃ ஸரெஹகொநாஸி ஹாநிரொயஃ ॥ நாசித்துவாரத்தால் வாயுமுழுவதையும் வெளியில் செலுத்திக் காற்றாற் சூனியம்போல் நிரேதித்து, நிரேதிக்கப்பட்ட வாயு செவ்வையாக நின்றல், இரேசகமென்னும் மகாநிரோதமாம்” என்பது இரேசகப் பிராணாயாமலக்ஷணம். “ஹாஹுராஹவகுரணஃவாயொ ருஃபிரெஹவகுரகொஹிஸஃ ॥ வெளியினின்றும் வாயுவை வயிற்றில் நிரம்பப்பூரித்தல், பூரகமாம்” என்பது பூரகலக்ஷணம். “ஹாஹுஷுபுதஃபுராணவஃ டெநவாயஃ ராகுஷ்டெதெநவஸெநஃஸுபுதாஸி | நாஸி ஸுஸவபுரஃ வரிவகுரயெஷுஃ ஸவகுரகொநாஸி ஹாநிரொயஃ ॥ வெளியில் உள்ள வாயுவை நாசித்துவாரத்தால் மெல்ல இழுத்து, அதனாலேயே எல்லா நாடிகளையும் நிரப்புவது எனவோ, அது பூரகமென்னும் மகாநிரோதமாம்” என்பது பூரகப்பிராணாயாமலக்ஷணமாம் “ஸவகுபுதஃஹவயா யொயபுராணஃஹகொஹவெஸி ॥ சும்பத்தைப்போல செவ்வையாய்ப் பூரித்து வாயுவைத் தரித்தல், சும்பகமாகின்றது” என்பது சும்பகலக்ஷணம். இச்சும்பகம் பூரகப்பிராணாயாமத்திற்கு அபின்னமாம். பின்னமோ “நரெஹகொநெநவஹவகுரகொது நாலாவஃபுடஸுஷுபுதெவவாயஃ | ஸுநிஸுதௌ யாரயதெகருணை ஸவாவுஷெ சுதவஃ கிதஜ்ஜா ॥

இதில் இரேசகமுயில்லை. பூரகமுயில்லை. நாசியிற் பொருந்தியுள் ள வாயுவைக் கிரமமாய் அசைவில்லாததாகச் செய்தலாகிய இ தைக் கும்பகமென்று அறிஞர் கூறுவர்” என்பதாம். சகித மென்பதனால் வேறுவிதமாகப் பிராணாயாமத்தை பிரிக்கின்றார். சகிதகும்பகமானது இரேசகபூர்வகம், கும்பகபூர்வகமென இர ண்டுவிதமாம். அது “சூரெவ்யாவகுபபுவாகூயபூதவெவஸ ஹிதகூஹகஃ|| அந்தச் சகிதகும்பகம் இரேசித்தாவது பூரித் தாவது செய்யவேண்டும்” என்பதனாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின் றது. அவற்றுள் இரேசகபூர்வககும்பகம் இரேசகப்பிராணாயா மத்திற்கு வேறன்று. பூரகபூர்வககும்பகம், பூரகப்பிராணாயா மத்திற்கு வேறன்று. கேவலகும்பகம் கும்பகப்பிராணாயாமத் திற்கு வேறன்று. முற்கூறிய சூரியபேதன முதலியவைகள் பூரகபூர்வக கும்பகத்தின் பேதங்களென அறிக. (௭0)

(அ-கை) சகித கும்பகாப்பியாசத்தின் அவதி(எல்லை) யையும் கேவலகும்பகத்தின் இலக்ஷணத்தையும் கூறுகின்றார்.

யாவதெக்வருவலிபிஃஸ்யூதஹிதௌகாவடிஹ்யெஸஸ |
ரெவகூவகுரகூஃகூ ஸவஃயதூயபாரணௌ ||
புரணாயாரொத்யதித்யூகூஸவெகெவருகூஹகஃ||

(இ-ள்) கேவலகும்பகத்தின் சித்தியுண்டாகும் வரையி லும் சூரியபேதாதி சகிதகும்பகத்தை யப்பியசிக்கவேண்டும். இரேசகபூரகங்களைவிட்டு வருத்தமுண்டாகாதபடி வாயுவைத் த ரித்தல் எதுவோ, அந்த இதுவே கேவலகும்பகப்பிராணாயாம மெனப்படும். எ-று.

சுமுமுனைபப் பேதித்தபிறகு எப்போது சுமுமுனைக்கு ள் கடசப்தங்கள் உண்டாகின்றனவோ, அப்போது கேவலகும் பகம் சித்திக்கின்றது. அதன்பின் சகிதகும்பகங்கள் பத்து அ ல்லது இருபது செய்யவேண்டும். என்பது எண்ணிக்கைவரை யில் கேவலகும்பகங்களினாலேயே செய்யவேண்டும் சாமர்த்

இரண்டாம் உபதேசம்

५५५

இயமிருந்தால் கேவலகும்பகங்கள் என்பதிற்குமேலும் செய்ய
த்தக்கனவாம். (எக, ௨)

(அ-கை) கேவலத்தைப் புரட்டினார்.

கூஹகெகெவெருவிஜெரொஉவகுநகவஜிடுதெ ||
ந தஸுடிஃயுஃமுகிஃமிதிஷ்டஃரெகெஷ்டஃவிடிடுதெ |
ஸதுஃகெவகுகூஹந யபெஷ்டஃவாயஃயாரணாக் ||
நாஜெயாமவடினூர்வியும்தெ நா தஸஃஸயடுஎங், உ ||

(இ.ள்) இரேசக பூரகங்களில்லாத கேவலகும்பகம் சித்
திக்குமாயின், அந்த யோகிக்கு முன்று உலகத்திலும் அடைத
ற்கரிய தொன்றுமில்லை. (அவனுக்கு எல்லாம் சுலபமென்பது
பொருள்). கேவலகும்பகாப்பியாசத்தால் சாமர்த்தியமுடைய
வன், இஷ்டப்படி வாயுவைக்கொள்ளுதலால், இராஜயோகபதத்
தை யடைகிறான். இதில் சமுசயமில்லை (இது நிச்சயமே). எ-று.

(அ-கை) இரும்பகாப்பியாசம் பரம்பரையாய்க் கைவல்லி
யத்திற்கு ஏதுவாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

க-ஃமகா த-ஃவநீ வெபாயஃ க-ஃவநீ வெபாயதெகா
மவெச | அநம-புராஸ-ஃத-நா வஃம-வலிபிபுராஜாயதெக||

(இ-ள்) சும்பகாப்பியாசத்தால் குண்டலியென்னும் ஆதாசக்திக்கு விழிப்பு (நித்திராபங்கம்) உண்டாகின்றது. (சு) குண்டலியின் விழிப்பால் சுழுமுனைநாடி, சுபமுதலிய பிரதிபந்தங்களில்லாததாகின்றது. பிரத்தியாகாரமுதலிய பரம்பரையால் கைவல்லியவடிவமாகிய ஹடாப்பியாசத்தின் சித்தியுமுண்டாகின்றது. எ-று.

(அ-கை) ஹடயோக இராஜயோகங்களிரண்டும் ஒன்றிப்
கொன்று உபகாரியும் உபகாரகமுமா வென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஹ்ஃவி நா நா ஜயொ மொ நா ஜயொ ஹ்ஃவி நா ஹ்ஃ ||

நவரியுதிததொய-ஹ லாநிஷ்டெதஃஸரீஹ்யஸௌ ।

(இ-ள்) ஹடயோக மீன்றியில் இராஜயோகமும், இராஜ யோகமீன்றியில் ஹடயோகமும் சித்தியாகு. அதனால் (இர ண்டிலொன்றின்றிச் சித்தியாதாகலின்) இராஜயோகஞ் சித்திக் குமளவும் ஹடயோக இராஜயோகக்க * னிரண்டையு மப்பியசு க்கவேண்டும். எ-று.

ஜீவனத்திற்குச் சாதனமாகிய உழுவில் ஜீவனசப்தம் பிர யோகிக்கப்படுவதுபோல, இங்கே ஹடயோகத்திற் கந்தியமா ன சாக்ஷாத் அல்லது பரப்பனாயாகிய இராஜயோகசாதனத்தி ல் இராஜயோகசப்தம் பிரயோகிக்கப்படுகின்றது. நான்காவ து உபதேசத்தில் சொல்லப்படும் உன்மனி சாமபனி முத்தினை முதலிய வடிவினது, அல்லது அபரோக்ஷாநுபூதியிற் சொல்ல ப்பட்டிருக்கும் பதினைந்து அங்கவடிவினது, அல்லது வாக்ஷிய சுதையில் சொல்லப்பட்டிருக்கும் திருசியாநுவித்தமுதலியவ டிவினது, இராஜயோகசாதனமாம். (எரு)

(அ-கை) ஹடயோகத்தால் இராஜயோகத்தை யடையுந் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

க-ஹகவாண ரொயாஸௌ க-ய-பூ-ஹி-த-ஹி-நா
ஸ-ய-பூ । ஸ-வ-ஹி-ய-ஸ-ய-ம-ந-ந-ரா-ஜ-யோ-ம-வ-ஹி-
ஜெஸ ।

॥ ஏக ॥

* “காமக்குரோதமுதலிய இத்தோஷங்களினின்றும் நீங்கிய அந்த ஜீவன் சிவனெனப்படுவன். ஆகையால் அந்தத்தோஷங்கள் நசிக்கும் பொருட்டு உனக்கு உபாயம் சொல்லுகிறேன்:— ஞானம் உபாயமா மென்றுசிலர் சொல்லுவர். ஆனால் இங்கே கேவலம் ஞானம் சித்தி யைத் தராது. யோகமீன்றிய ஞானம் இங்கே எப்படி மோக்ஷத்தைத் தருவதாம். யோகமும் ஞானமீன்றியில் மோக்ஷகர்மத்தில் சாமர்த்திய முடையதாகாது. ஆகையால் ஞானத்தையும் யோகத்தையும் முழுட் டுக்கள் திடமாயப்பியசிக்கவேண்டும்” என்று யோகசிகோபநிஷத்திலு ம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) சும்பகத்தினு¹ லுண்டாகும் பிராணநிரோதத்தின் மத்தியில் சித்தத்தை (அந்தக்கரணத்தை) நிராசிரயம் (ஆசிரய மில்லாததாகச்) செய்யவேண்டும். அதாவது சும்பிரஞ்ஞாத சமாதியுண்டாகுவதால் பிரமகாரச் சித்திக்கு² அந்நியமானவைக ளை வைராக்கியத்தால் விலயம்செய்யவேண்டு மென்பதாம்.³ இ ப்படி அப்பியாசத்தின் யோகத்தால் (யுக்தியால்) இராஜயோகப தத்தை யடைகிறான். எ-று.

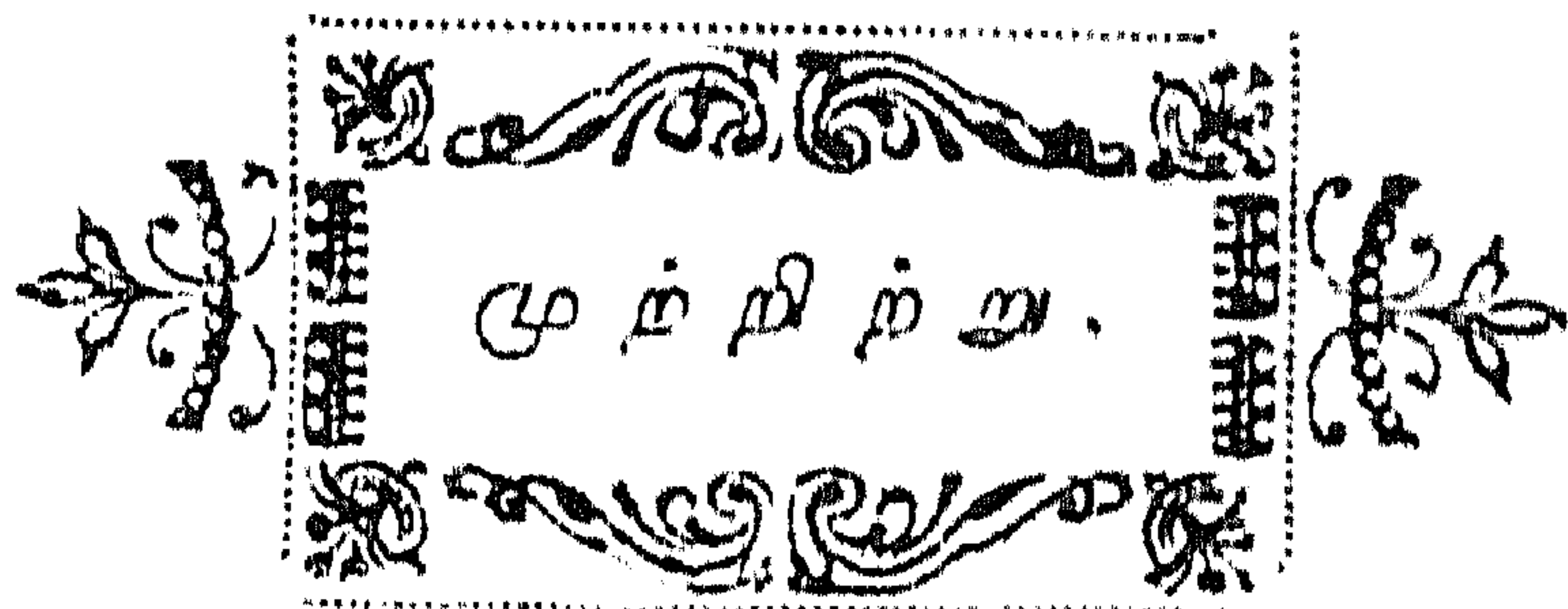
“யொமஸஸஹ நொவாய யுந நஸம்மதி யுகிஷு-
யோகமென்பது கவசமுதலியன, உபாயம், தியானம், சேர்க்கை,
யுக்தியென்பவற்றிற்குப் பெயர் என்பது அமரம் (நிகண்டு).

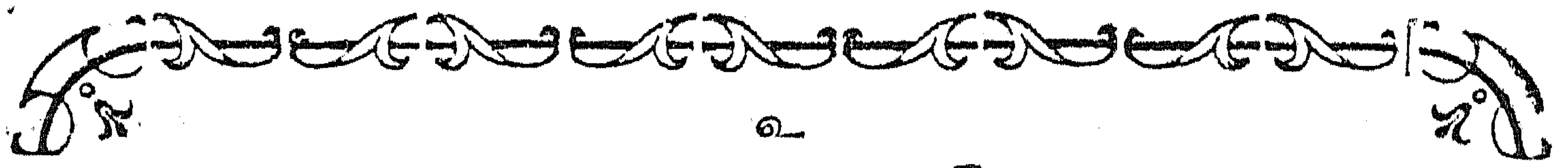
(அ-கை) ஹட்சித்தியின் ஞாபக (அடையாள) த்தை, தக் கூறுகின்றார்.

வவ-ஹ்ருஸகம் வடிநெவஸஹ தா நாடிஸ-ஹ்ருஸகம்
நபநெவஸ-நிபிஷுமெ|சுரொமதா மிதிஜ-ஹ்யொஹ்ருஷிவ
நம் நாபீவிஸ-பிஷுமபொமருக்ஷணம் || எஎ||

(இ.ள்) தேகமெலிவு, முகமலர்ச்சி, நாதத்தின் பிரகடத்த ன்மை, நேத்திரத்தின் தெளிவு, ரோகமின்மை, விந்து (காது) ஷயம், உதராக்கினி தீபனம், நாடிசுத்தி யென்பவை ஹடயோ கலக்ஷணமாம். (எஎ)

இரண்டாம் உபதேசம்.





முன்றும் உபதேசம்.

(அ-கை) இனிக் குண்டலி சர்வயோகத்திற்கும் ஆசிரய
மொமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஸஸௌவ நயா தீணா யயாரொராஹி நாய
கூ | ஸவெஷாம்பொமதனாணா தயாரொராஹி
கூணு | || க ||

(இ-ள்) மலை, காடு முதலியவற்றோடு கூடிய பூமிகளுக்
கு எப்படி ஆதிசேஷன் ஆதாரமாயிருக்கின்றானோ, அப்படியே
பெல்லா யோகதந்திர (அப்பியாச)த்திற்கும் குண்டலி ஆதா
ராகத்தி (ஆசிரயம்) ஆகும். எ-று.

பூமி ஒன்றாயினும் தேசபேதத்தால் பேதமாவதைக்கொ
ண்டு, அது பன்மையாகச் சொல்லப்பட்டது. குண்டலியின்
விழிப்பின்றியில் சர்வ யோகோபாயங்களும் வியர்த்தமாகுந்
தால், அது அவற்றிற்கு ஆதாரமாகுமென்றார். (க)

(அ-கை) குண்டலி விழித்தலா லுண்டாகும் பிரயோச
னத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸவஷாம்பொமதனாணா தயாரொராஹி நாய
கூ | ஸவெஷாம்பொமதனாணா தயாரொராஹி
கூணு | || ௨ ||

(இ-ள்) நித்திரைசெய்யும் குண்டலியானது குருப்பிரசா
தத்தா லெப்போது விழிகின்றதோ, அப்போது சகல பதம்
ங்களும் * (ஆறு சக்கரங்களும்) பிரமகிரந்தி விஷ்ணுகிரந்தி உரு

* இவ்வாதாரங்களின் இலட்சணம் ஷட்சக்கர நிருபணமுதலிப
தூல்களிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றது. அது இங்கே சுருக்கமா யெழுதப்
படுகின்றது:—

த்திரகிரந்தி என்னும் மூன்று கிரந்திகளும் பேதத்தை யடைகின்றன. எ-று. (௨)

(அ-கை) விதுவுமது.

புண்ணியஸ்சுநிநிவடிவீ தயாராஜவயாயதெ | த
ராவிதூநிராயுஸை தராகாவுஸ்யவனுநி || ௧௩ ||

(௧) யோனிஸ்தானத்திலுள்ள மூலாதார சக்கரம் இரத்தவர்ணமாகிய நான்கு இதழையும், வஸஷ்டஸு என்னும் சுவர்ணமயமாகிய நான்கு வர்ணங்களையும் உடையதாம். இக்கமலத்தின் கர்ணிகையில் நாற்கோணமுள்ளதும், எட்டுச் சூலங்களாற் சூழப்பட்டதும், மஞ்சள்நிறமுள்ளதுமான பூமண்டலமிருக்கின்றது. அதின் மத்தியில் நான்கு புஜங்களையுடையதும், கையில் வஜ்ஜிராயுதத்தை யுடையதும், ஜராவதத்திலேறியதுமாகிய பொன்னிறமான * ணம் என்னும் பூமிபீஜ மிருக்கின்றது. அப்பீஜமாகிய விந்துவின் மத்தியில் நான்குமுகங்களும் நான்கு புஜங்களு முள்ளவரும், தண்டம் கமண்டலம் அக்கமாலே அபயமென்பவற்றைத் தரித்தவரும், இரத்தவர்ணமுள்ளவருமாகிய சிசுவடிவப்பிரமாவிருக்கின்றார். அந்த இரக்தபதுமத்தில் இரக்தவர்ணமுள்ளதும், நான்கு புஜங்களுடையதும், சூலம், கட்டுவாங்கம், வாள், சஷகம் (பானபாத்திரம்) என்பவற்றைக் கையிலுடையதுமாகிய சக்கரத்தை நடத்தும் டாகினி சத்தியிருக்கின்றது. கர்ணிகையின் மத்தியில் மின்னல் வடிவமாகிய திரிகோணமிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் காமவாயுவும் இரக்தவர்ணகாமபீஜமு மிருக்கின்றது. அதன்பேரில் கருநிறமுள்ள சுயம்புலிங்கமிருக்கின்றது. அதற்குமேல் மூன்றரை வலயவடிவமாயிருக்கும் குண்டலிசக்தி யிருக்கின்றது. அதன்மேல் இலிங்கத்தின்மீது தண்டாகாரமாக சித்கலை யிருக்கின்றது.

(௨) இலிங்கமூலத்திலுள்ள சுவாதிஷ்டான சக்கரம் மின்னலொளிப்போன்ற விந்துவோடுகூடிய ஷ ஹ ரீ ய ரு என்னும் ஆறு வர்ணங்களுள்ள சிந்தூரநிறமுடைய ஆறு இதழ்களையுடையதாம். அந்தக் கர்ணிகையில் அர்த்தசந்திரவடிவமாய் எட்டுத்தளங்களையுடைய வெண்ணிற ஜலமண்டல மிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் பாசத்தைக் கையிலுடையதும் மகரவாகனத்திலேறியதுமாகிய வம்மென்னும் அப்பு பீஜமிருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் விஷ்ணு சதுர்ப்புஜராய், சங்கு சக்கர க

(இ-ள்) சூனியபதவியெனும் சுழுமுனை பிராணவாயுனி
ன் இராஜமரர்க்கமாத ஆசரிக்கப்படுகின்றது (சுகமாகப் போக்கு
ச்சம்பவித்தலால்). அப்போது சித்தம் நிராலம்ப (நிர்விஷய) மா

தாபத்மதாரிபாய், பீதாம்யரராய், வனமாலே ஸ்ரீவற்சம் கௌஸ்துபம்
என்பவற்றைத் தரித்தவராய்க் கருடாருடராய், யௌவன வடிவராய்
ருக்கின்றார். அக்கர்ணிகையில் இரக்த பதுமத்தின்பேரில் கருநிறமும்,
நான்கு புயங்களும், மூன்று நேத்திரங்களும், வளைந்த பற்களுமுடைய
பயங்கரமான ராகினி யென்னும் சக்தியானது வெள்ளையன்னம் இரக்த
தாளை யென்பவற்றிற் பிரியமுடையதாய்ச், சூலம் சங்கு உடுக்கை உளி
யென்பவற்றைத் தரித்திருக்கின்றது.

(ஈ) நாபிஸ்தானத்திலுள்ள மணிபூரகம் மேகநிறமுள்ள உண்ண
த உடய ந வ ம என்னும் பத்து வர்ணங்களோடுகூடிய பத்து த
ளமுடையதாம். அக்கர்ணிகையில் திரிகோணவடிவமும், அத்திரிகோ
ணத்திற்கு வெளியில் மூன்று சுவஸ்திகைகளோடு கூடியதும் இரக்தவ
ர்ண முள்ளதுமாகிய அக்கினிமண்டலமு மிருக்கின்றது. (இங்கே மத்
தியில் மேல்நோக்கிய நாலு வாயிலகளையுடைய இரண்டு ரேகை சுவஸ்தி
கை யெனப்பட்டது.) அதன் மத்தியில் சதுர்ப்புஜமுள்ளதும், வஜ்ஜி
ரம் சக்தி வரம் அபயமென்பவற்றைத் தரித்ததும், மேஷத்திலேறியுள்ள
துமாகிய ௩௦ என்னும் அக்கினிபீஜ மிருக்கின்றது. அதில் விருஷபா
ருடரும், செந்நிறமுள்ளவரும், இரண்டு புஜங்களுடையவரும், வரம் அ
பயமென்பவற்றைத் தரித்தவரும், வெண்ணீறு வெண்மையான ஆபர
ண முதலியவற்றால் வெண்மையாக்கப்பட்ட தேகமுடையவரும், விரு
த்தருமாகிய உருத்திரன் இருக்கிறார். கர்ணிகையில் இரக்தபதுமத்தில்
மூன்று முகம் மூன்றுகண் நான்குபுயம் கோரப்பற்கள் என்பவற்றையு
டையதும், நீலவர்ணமுள்ளதும், வஜ்ரம் சக்தி அடயம் வரம் என்பவற்
றைத் தரித்ததும், இரத்தத்தோடுகூடிய கேசரான்னம் மாமிசமென்பவ
ற்றை விரும்பியதுமாகிய லாகினியென்னும் சக்தி யிருக்கின்றது.

(ஈ) இருதயஸ்தானத்திலுள்ள அநாகசக்கரம் உச்சித்திலகப் பு
ஷ்பம்போன்ற சிந்தூரவர்ணமுள்ள விந்துவோடுகூடிய கூ வ ம ய உ
உ ம ஜ ஸ ரு ட ௦ என்னும் பன்னிரண்டு வர்ணங்களோடுகூடிய பன்
னிரண்டு இசுழ்களை யுடையது. அக்கர்ணிகையில் புகைநிறமுள்ள அ
றுகோண வடிவமான வாயுமண்டல மிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில்

கின்றது. அப்போது (சித்தம் நிராலம்பமாகுங்கால்) காலை
வஞ்சி (கட) ததலு முண்டாங்கின்றது. எ-று. (ங)

(அ-கை) சுமுமுனையின் பரியாயங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஸ-ஷ-தீ-ஸ-ஹ-ந-ய-வ-ப-வீ-ஸ-ஹ-ஸ-ய-ஹ-வ-ய-ஃ |
ஸ-ஸ-ந-ஸ-ஸ-ஸ-வ-வீ-ஸ-ய-ஃ ஸ-ம-ப-ஸ-ஸ-ஸ-வ-வ-ய-ஃ ||

கோடிமின்னல் ஒளிபோன்ற திரிகோணமிருக்கின்றது. அதின்மேல்
கறுமானி லேறியதும், புகைபோன்ற கறுநிறமுள்ளதும். நார்புயமுடை
யதும், அங்குசத்தைக் கையிலுடையதுமாகிய ய0 என்னும் வாயுபீஜ மி
ருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் இரண்டு புயங்களும் வராயகரமும் தி
ரிநேத்திரமுமுள்ள ஹம்சநிறமான ஈசனிருக்கின்றார். அக்கர்ணிகை
யில் இரக்த பதுமத்தின் பேரில் மஞ்சள்நிறமுள்ளதும், நான்குபுயங்க
ளுடையதும், பாசம் கபாலம் வரம் அபயமென்பவற்றைக் கையிலுடை
யதும், மஞ்சள்வஸ்திரமுடுத்துச் சர்வாலங்காரத்தோடு கூடியதும், அ
மிர்தத்தால் நனைக்கப்பட்ட இருதயமுடையதும், கங்காளமாலை தரித்த
துமாகிய காகினி யென்னும் சக்தி யிருக்கின்றது. மத்திய திரிகோண
த்தில் அர்த்தசந்திர வீந்துருப மஸ்தகமுடையதும், காமத்தைக் கக்கு
ம் பிரகாசமுடையதுமான சுவர்ணவர்ண பாணலிங்கமாகிய சிவமிருக்
கின்றது. அதன்சீழ் மிக ஸ்திரமுள்ள தீபமொட்டு வடிவமான ஹம்ஸ
ருபியாகிய ஜீவாத்மாவிருக்கின்றது. இக்கர்ணிகையின் கீழ் இரக்தவர்
ணமுள்ள ஊர்த்துவமுகமாகிய அஷ்டதள (எட்டிதழ்ப்) பதும மிருக்கி
ன்றது. அதில் கற்பவிருஷம், இரத்தினவேதி (மேடை), சந்திரன்,
சூரியன், கொடிமுதலியவற்றால் அலங்கரிக்கப்பட்ட மானசபூஜைக்குரி
ய ஸ்தானமிருக்கின்றது.

(இ). கண்டத்தினடியிலுள்ள விசுத்தசக்கரம் இரக்தநிறமான மகர
ந்தமுள்ளதும், இரக்தவர்ணமான கரு ஊ ஈ உ உ ள பி பீ ள
ள2 வ ள வெ ள ஓ ஓ ள ள0 ள0 எனனும் பதினாறு இதழ்களையுடை
யதுமாம். கர்ணிகையில் வட்டவடிவமாகிய வெண்ணிறமான ஆகாய
மண்டலமிருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் திரிகோணமும் அதில் சந்திர
மண்டலமுமிருக்கின்றது. அதன்மேல் வெள்ளைவஸ்திரமுடுத்ததும்,
நான்குபுயங்களுடையதும், பாசம் அங்குசம் வரம் அபயம் என்பவற்றை
த்தரித்ததும், வெள்ளைநிறமுடையதும், வெள்ளையானையிலேறியதுமாகி
ய ஹ0 என்னும் ஆகாயபீஜமிருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் இடபத்

(இ-ள்) சுமுமுனை, சூரியபதவி, பிரமாந்திரம், மகாபதம் (பெருவழி), மயானம், சாம்பவி, மத்தியமார்க்கமென்னுமிவை ஏகவாசகங்க (பரியாயங்க) ளாம். எ-று. (சு)

தின் பேரிலுள்ள மகாசிங்காசனத்தில் சதாசிவன் அர்த்தநாரீசுவரராயிருத்தலால் பாதிபங்கம் சுவர்ணநிறமும் பாதிபங்கம் வெண்ணிறமுமாக விளங்குகிறவராய், ஐந்துமுகங்களும் மூன்று நேத்திரமும் பத்துப்புஜங்களுமுடையவராய், சூலம், டங்கம் (கல்லுளி), வாள், வஜ்ஜிரம், எரி, நாகம், மணி, அங்குசம், பாசம், அபயம் என்பவற்றைப் பத்துக்கையிலுமுடையவராய்ப், புலித்தோலாடையுடுத்தவராய், சர்வாங்கமும் விபூதியணிந்தவராய், நாகாபரணசோபிதராய், அமுதத்தை யொழுக்கும் அதோமுகமாகிய பாதிப்பிறையைச் சூடியவராயிருக்கின்றார். இக்கர்ணிகையில் சந்திரமண்டலமத்தியில் இதன்பேரிலிருக்கும் ஸாகினியென்னும் சக்தியானது வெண்ணிறமும் நான்கு புயங்களும் பாசம் அங்குசம் தனுசு பாணமென்பவற்றையுடைய கைகளும் பீதாம்பரமும் ஐந்துமுகமும் மூன்று நேத்திரமு முடையதாயிருக்கின்றது.

(சு) புருவநடுவிலுள்ள ஆக்கிஞ்சக்காம் சித்திரவர்ணமுள்ள ஹக்ஷ என்னும் இரண்டு வர்ணங்களோடுகூடிய வெண்ணிறமான இரண்டு இதழ்களையுடையது. கர்ணிகையின் மத்தியில் சக்கரத்தைச் செலுத்தும் ஹாகினி சக்தியானது வெண்ணிறமுள்ளதாயும், செந்நிறமான ஆறுமுகங்களும் மூன்றுநேத்திரமும் ஆறுபுஜங்களு முடையதாயும், வரம் அபயம் அக்கமாலே கபாலம் உடுக்கை புத்தகமென்பவற்றைத் தரித்ததாயும் சக்கிலபதுமத்தின் பேரிலிருக்கின்றது. அதற்குமேல் திரிகோணத்தில் மின்னல் வடிவான வெண்ணிறமுள்ள இதரவென்னும் இலிங்கமிருக்கின்றது. அதற்குமேல் திரிகோணத்தில் பிரணவவடிவமாகிய அந்தராத்மா தீபத்தைப்போன்ற ஜோதியாயிருக்கின்றது. அதன் நான்கு திக்குகளிலும் அந்தரிக்ஷ (ஆகாய)த்தில் பொறிபிம்பங்களாற் சூழப்பட்டதும் எரிகின்ற விளக்குப்போன்ற தனது தேஜசால் மூலமுதல் பிரமாந்திரம்வரையிலும் பிரகாசிப்பதுமாகிய ஜோதியிருக்கின்றது. அதன்பேரில் சூட்சுமவடிவமாகிய மனமிருக்கின்றது. அதன்பேரில் சந்திரமண்டலத்தில் சக்தியோடுகூடிய ஹம்ஸமாகிய பரமசிவமிருக்கின்றது. இதற்குமேல் காரண அவாந்தரசரீரம் சகஸ்ரதிரதளகமலமுதலியவற்றின் ஸ்தானம் சொரூபமுதலியன சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இவ்வாறு ஆறுதாரங்களின் இலக்ஷணம் சொல்லப்பட்டது. இதை விசேஷமாயறியவிரும்புவோர் ஷட்சக்ரநிருபணமுதலிய தூல்களிற் காண்க.

தவிர தவறுபுயதெந ஓயொய்யித் தீண்டி |
 பஹ்மிராதே-பெஸ-பாந்திராஸம்ஸகோவரெசு ||

முத்திதரை.

உதும்பரிசீ-உ ராஜஸகம்ஜிரா ரீரண நாஸநடு || || எ ||

16

சூழி நாயொழி துழிவூழி வெஷு ஸ்யபுஷு ஔயகூழி | வ
 ஓமஹவபுஷிஷா நார ஓமஹஹாரதாஷி || || அ ||

மொவநீடஹ யதெநயயாரதகாரஹகம் | கஸ்ய
 ஹிஹெநவகூஷ்யம் கஹவீஸஹதஹயா || || கூ ||

(இ-ள்). இப்பத்து முத்திகளாகளும் ஜராமரணங்களைப்
 போக்குகிறவைகளாயும், ஆதிநாதரால் சொல்லப்பட்டவைக
 ளாயும், திவ்விய (உத்தம) மாயும், அணிமாதியத்தடைசுவரியங்
 களைத் தருகின்றவைகளாயும், கபிலாதி சகலசித்தர்களுக்கும் பி
 ரியமுள்ளனவாயும், தேவர்களாலும் அடைதற்கரியவாயுமிருக்
 கின்றன. இவை இரத்தினங்களின் சிமிழைப்போல மிகுந்த
 பிரயத்தினத்தால் பறைத்துவைக்கத்தக்கனவாம். குலஸ்திரீ
 சங்கமத்தைப்போல ஒருவருக்கும் சொல்லத்தக்கனவன்று.எறு.

அஷ்ட விசுவரிபங்களாவன:— அணிமா, மகிமா, கரிமா, இ
 லகிமா, பிராப்தி, பிராகாமியம் ஈசித்துவம், வசித்துவம் என்ப
 னவாம்.

அவற்றுள், சங்கற்பமாத்திரத்தால் பிரகிருதியை (சுபாவத்
 தை) க்கெடுத்தலால் பாமாணுவைப்போல தேகம் சூக்ஷ்மமா
 தல், அணிமா. பிரகிருதியைப் பூரித்தலால் ஆராயாதிகளைப்போ
 ல தேகம் பெரிதாகல், மகிமா. மிக இலகுத்துவமு (எண்மையு)
 டையனவாயிருக்கும் பஞ்சமுதலியவை மலைமுதலியவற்றைப்
 போல குருத்துவமு (திண்மையு) டையவாதல், கரிமா. மிகக்
 குருத்துவமுடைய பர்வதமுதலியவை பஞ்சமுதலியவற்றைப்
 போல இலகுத்துவமுடையவாதல், இலகிமா. சகலமும் முன்
 னிற்றல், பிராப்தி. அது பூமியிலிருந்துகாண்டே விரல்துனி
 யால் சந்திரனைத்தொடுத்தல்போல. இச்சித்தபடி முடித்தல், பி
 ராகாமியம். அது ஜலத்திற்போல பூமியிலும் முழுகியெழு
 ம்புதல்முதலியன. பூதபௌதிகங்களைச் சிருஷ்டித்தல் திதி
 த்தல் சங்கரித்தலாகிய விசேஷசாமர்த்தியம், ஈசித்துவம். பூ

தபௌதிகங்களைச் சுவாதீனம் (வசம்) செய்தல், வசிக்ருவம்.

மகாமுத்தினை.

(அ-வை). பத்துவிதமுத்தினைகளில் முதலிற் கூறியிருக்கும் மகாமுத்தினைபை முதலிற் கூறுகின்றார்.

வாடிசென நவாசெ ந பொநிவஸஸீயு டிக்ஷிணா |
புலாரிதவடிசுக்ஷாகாராஸ்யாராயபெஜ்யஸா || ௧ ||

(இ-ள்). சுருக்கிய இடது காற்குதியால் யோனியைச் செவ்வையாய்ப் பிடித்து, வலது காலை நீட்டிப் பூமியில் செவ்வையாய்ப் பொருத்தி, விரல்களை நீட்டிக் கைகளால் (சம்பிரதாயத்தாற் சுருக்கிய சுட்டு விரல்களால்) திடமாகக் காற்பெருவிரல்களைப் பிடிக்கவேண்டும். எ-று. (க-1).

(அ-வை). இதுவுமது.

கண்ணவஸஸகாரொயு யாரபெதாயசெனயு
தாயயாடிணஹ தஸவெபுாடிணாகாரபுஜாயதெ ||

பீஜீஹதா தயாஸகி; கண்ணீஸஹஸா ஹவசு |
ததாஸாரணாவஸு ஜாயதெ திவபுாஸுதா || ௧௨ ||

த தஸவெநஸுநெ நரெவ ரெவபெநெவவெவ
த; | சஹாசெ, ராவெதெ நவ வடிந்திவிஸபெபாது
சா; | ஸ்யவெசுசஹாசெ, சஹாலிவெசு; வடிஸிபு
தா || || ௧௩ ||

(இ-ள்) கண்டத்தில் பத்தனம் செய்து அதாவது ஜாலந் தரபந்தம் செய்து வாயுவை மேலே (சுழுமுனையிற்) கொள்ள வேண்டும். தடியினு லடிக்கப்பட்ட பாம்பு எப்படித் தண்ட வடிவமாகின்றதோ, அப்படி குண்டலியென்னு மாதாரசக்தி சீக்கிரமாகவே சரளமா (நிமிர்) கின்றது. அப்போது இடை பித்தலைகளை ஆசிரயித்திருக்கும் மாணவஸ்சை யுண்டாகின்ற

து. அந்நின்பின் வாயுவை மெல்லமெல்லவே இரேசிக்கவேண்
டும். வேகமாயிரேசிக்கலாகாது; பலங்குறையு வாகலின், இந்த ம
காமுத்திரை மகாசித்தர்களாகிய ஆதிநாதர் முதலியோரார் க
ட்டப்பட்டதாம். எ-று.

வாயுவை மேலே கொள்ளவேண்டுமென்பதனால் மூலபந்
தம் சூசிப்பிக்கப்பட்டது. அதுவோ யோலியைப் பீடித்தலா
லும் ஜிஹ்வாபந்தத்தினாலும் செய்யப்பட்டதாமென்று சம்பீர
தாயமுடையோர் கூறுவர். குண்டலி விழிக்குங்கால் பிராண
ன் சுழுமுனையிற் பிரவேசித்தலால், இரண்டும் பிராணவிநியாக
த்தை யடைதலின், இடைபிங்கலைகளை யாசிரயித்திருக்கும் மர
ணாஸ்சை யென்றார். (க௧-௧௨-௧௩)

(அ-ன) மகாமுத்திரை யென்னும் பெயர்ப்பெரருளைக்
கூறுகின்றார்.

ஃஹ க்ஷுபாஹபாஹோஷாஃ க்ஷீபஹோரணாஹயஃ
ஃஹாஃ-உரானுதெநெநய வடிவிவ்யயொதூரஃ ||

(இ-ள்) அவித்தைமுதலிய பஞ்சக்கிலேசமுதலியனவும்
அவற்றின் காரியமாகிய சோக மோக முதலியனவுமாகிய மகா
கிலேசநி தோஷங்களும் மாணமுதலியனவும் கசிக்கின்றன.
இதனாற்றான் இதை மகாமுத்திரையென்று விசேஷ ரூபேனத்
தமர்கள் கூறுகின்றனர். எ-று.

மகா கிலேசங் களும் மாணமுதலியனவுமாகிய தோஷங்க
ளை முக்திரிப்பது (சமிப்பது-கெடுப்பது) மகாமுத்திரையா
மென்பது, பதப்பொருள். (௧௪)

(அ-ன௧) மகாமுத்திரையை யப்பியாசிக்குந் தன்மையை
கூறுகின்றார்.

வஜ்ராமெதக ஸஜ்ஜஸ்ய ஸுயபூரமெ வநா
ஸ்யஸ்யபாவதூய்யாவெதூவ்யா கதோஃ-உர
விஸஜ்யெச ||

(இ-ள்) சந்திரநாடியால் உபலக்ஷிக்கப்பட்ட வாமாங்கத்தில் செவ்வையா யப்பியசித்து, மறுபடியும் இடது அங்கத்தில் செய்த கணக்களவு சூரியநாடியா லுபலக்ஷிக்கப்பட்ட வலது அங்கத்தில் அப்பியசிச்சவேண்டும். கணக்குச் சரிப்பட்டவுடன் முத்திநாயை விடவேண்டும். எ-று.

இதில் இது கிரமமாம்: — காலை மடித்து இடது குதியை யோனிஸ்தானத்தில் சேர்த்து, வலதுகாலை நீட்டி அதன் பெரு விபலைக் கைச்சுட்டுவிரலாற் பிடித்துக்கொண்டு அப்பியசித்தல், வாமாங்காப்பியாசமாம். இவ்வப்பியாசத்திற் பூரித்த வாயு வா மாங்கத்தில் நிற்கும். காலை மடித்து வலது குதியை யோனிஸ்தானத்திற் சேர்த்து, இடதுகாலைநீட்டி அதன் பெருவிபலைக் கைச்சுட்டுவிரலாற் பிடித்து அப்பியசித்தல், வலது அங்க அப்பியாசமாம். இவ்வப்பியாசத்திற் பூரித்த வாயு வலதங்கத் தில் நிற்கும். (க௫)

(அ-கை) மகாமுத்தினாயின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

நஹிவய்யே வேப்யேவா ரஸாஸ்வெபூதவி மீர
ஸாஃ | சுவிஹ-தூ விஷ்ணொரோ வீயகுஷ் லிவஜீபபு
தி ||

|| ௧௬ ||

(இ-ள்) மகாமுத்தினாயை அப்பியசிப்பவர்களுக்குப் பத்தியரபத்திய விசாரமில்லாமையால், சாப்பிட்ட கசப்புப்புளிப்பு முதலிய சகல ரசங்களும், இரசமற்ற பதார்த்தங்களும் ஜீரணமாகின்றன. சாப்பிட்ட அன்னம் கோரமாகிய விஷமானாலும் அமிர்தம்போல ஜீரணமாகின்றது. (எனின், மற்றவைகளுக்குக் கேட்பானேன் என்பது தாற்பரியம்) எ-று. (௧௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

கூபகூஷ்ண-ம-ஹித-ம-ரூஜீண-பூ-ப-ரோமஹாஃ |
தஸ்யுரோஷாஃகூபய்யாணி வேமா-ரூ-ரூ-யொ-யொ-
ஸௌ ||

|| ௧௭ ||

(இ-ள்) மகாமுத்தினை யப்பியசிப்பவன் எவனோ அவனுக்கு ஸூயம் (இராஜரோகம்), குஷ்டம், மூலம், குன்மம், அஜீரணத்தாலுண்டாகும் மகோதரம் சுரமுதவினயுமாகிய கோஷங்கள் நசிக்கின்றன. எ-று. (க௭)

(அ-கை) மகாமுத்தினை யை முடித்து, அது இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

கயிடுதபஃஹாஃஹா ஹாஸிபிகுரா நுணாழ் |
மொவநீயா பூபதேந நமேயாபஸ்ய கஸ்யுஹிஸ |

(இ-ள்) அப்பியாசிக்கும் புருஷர்களுக்கு மகாசித்தியைத் தரும் இம்மகாமுத்தினை என்னாற் சொல்லப்பட்டது. இது பிரயத்தினத்தால் இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாம். அதிகாரிகளல்லாதா ரொருவருக்குந் தரத்தக்கதன்று. எ-று. (க௮)

மகாபந்தம்.

(அ-கை) மகாபந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

வாஷ்டிபூவாஸ்யவாடிஸ்ய யோநிஸ்யாநநிபொ
ஜ்யெஸ | வாஹோநவநிலஸ்யாஸ்ய டிக்ஷிணனுந்
ஹா | || ௧௯ ||

(இ-ள்) இ-துகாற் குதியை யோனிஸ்தானத்தில் சேர்த்து, இ-து தொடையின்பேரில் வலதுபாதத்தைச் செவ்வையாய் வைத்து. எ-று. (க௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

வொயிகா ததொவாயஃ ஹுடிபெவஃஸஃகஃடி
ஸ்ய | நிஷீயவாயஃகஃஹு ஹோடியெநிபொஜ
யெஸ || || ௨௦ ||

(இ-ள்) அதன்பின் வாயுவைப் பூரித்து, மோவாய்க்கட்டையை இருதயத்தில் செவ்வையாய் ஸ்தாபித்து, யோனிஸ்தா

ன (ஆகார) த்தை, தச் சுருக்கி மனதை மத்தியநாடிபிற் சேர்க்க வேண்டும். எ-று.

மோவாய்க்கட்டையை இருதயத்தில் வைத்து என்பதனால் ஜலந்தரபந்தமும், யோனிஸ்தானத்தைச் சுருக்கி யென்பதனால் மூலபந்தமும் சூசிப்பிக்கப்பட்டது. அது ஜிஹ்வாபந்தத்தாற் செய்யப்பட்டதாயிருத்தலால் செய்யவேண்டியதுகலை ()

(அ-ஐக) இதுவுமது.

யாநயிகுரயயாஸதி ரெஉயெஉநிஊஸெநெ: | ஸ
வ்யாஹெதாஸகிஹ்யா உக்யாஹெவாநாஹ்யெவக்யா

(இ-ள்) இயன்றமட்டும் கும்பித்து மெல்ல மெல்ல வாயு
வை இசேசிக்கவேண்டும். இடது அங்கத்தில செவ்வையா ய
ப்பியசித்து, மறுபடியும் வலது அங்கத்திலும் அதற்குச் சரியா
ன கணக்கு வருமளவும் அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று. (உக)

(அ-கை) இனி ஜாலந்தரபந்தத்தில் கழுத்தைச் சுருக் குதல் உபயோகமில்லையென்பதைக் கூறுகின்றார்.

தேதெகெஷாஸி துணுபாய்வீவஜயெசு । நா
ஜெனாஸஜிஹாயா வாயஸுபுரமவெழிதி । சுபநா
ஸவபுநாபீநா தேயுபுமதிநிராயகஃ ॥ ௨௨௨ ॥

(இ-ள்) முன்பற்களில் நிற்கும் நாவை அதன்மேற்பாகு
த்தில் சம்பந்தித்தலாகிய (ஜிஹ்வா) பந்தம், கழுத்தைச் சுருக்
குதலைவிட சிலாக்கியமாகுமென்னும் ஏதுவால், இங்கே (ஜாலந்
தரபந்தத்தில்) கழுத்தைச் சுருக்குதலாகிய பந்தத்தை நீக்க
வேண்டுமென்பது சிலர் கொள்கை. இந்த ஜிஹ்வா (சிங்நுவை)
பந்தம் சுழுமுனைக்கன்னியமாகிய சகல நாடிகளிலும் வாயு மேற்
பெல்லுதலைத் தடுப்பதாம். எ-று.

சகல நாடிகளிலும் வாயு மேற்செல்லுதலைத் தடுப்பதாம் என்பதனால், “நாடிக் கூட்டங்களைக் கட்டுகின்றது” என்னும்

ஜாலந்தரத்தில் கூறிய பலம் இதனாலேயே சித்திக்கின்றது என்பது சூசிப்பிக்கப்பட்டது. (௨௨௨)

(அ-கை) மகாபந்தத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

சுயம்பவா ஸீஹாஸ்யோ ஸீஹாலிபி பூராயகஃ ||
௨௩ || காவாஸாஸீஹாஸ்ய விரோதநவியக்ஷணஃ |
திரிவேணீயஸம்மேயதே கௌராஸ பூவபெநநஃ ||

(இ-ள்) இந்தப் பிரசித்தமாகிய மகாபந்தம் மகா சித்திகளை விசேஷமாய்த் தருவதும் காலபாசத்தின் மகாபந்தத்தை (பெரிய கட்டை) நீக்குவதற் சாமர்த்தியமுடையதுமாய்த் * திரிவேணி சங்கமத்தைத் தருகின்றது. மனதைக் கேதாரமென்னும் சப்தத்திற்கு வாச்சியமாகிய சிவஸ்தானமாகிய புருவமத்தியத்திற் சேர்ப்பிக்கின்றது. எ-று.

திரி-மூன்று ஆறுகளின், வேணி-சமுகமாகிய, சங்கமத்தை (பிரயாகையை)த் தருகின்றது என்பது பதார்த்தம். (௨௪)

(அ-கை) மகாவேதத்தைச் சொல்லுதற்கு, முதலில் அதன் மேன்மையைக் கூறுகின்றார்.

ராவாவணௌ ஸாவனா யயாவீ வாவாஷாவி
நா | ஸீஹாஸீஹாஸ்யாஸ நிரிஷ்வாஸவெயகஜிபு
கள || || ௨௫ ||

(இ-ள்) ரூபலாவண்ணிய (சௌந்தரியமுங் காந்தியு) முள்ள ஸ்திரீ, புருஷனில்லாமையால் எப்படி பிரயோஜனமற்றவ

* சுரோத்திரத் துவாரங்களும் கந்தத்துவாரங்களும் எவ்விடத்திற் சேருகின்றனவோ, அது நாற்பீடம், சிருங்காடகம், திரிகூடம், திரிவேணி சங்கமமென்னும் பெயர்களாற் சொல்லப்படுகின்றது என்பது சிவயோகதீபிகை. கேதாரம் புருவமெனவென்பதற்கு “இலலாடத்தில் கேதார” மென்னும் தரிசனோபநிஷத்துப் பிரமாணமாம்.

ளாகின்றனோ, அதுபோல மகாவேதமில்லாத மகாமுத்திரையும்காபந்தமும் பிரயோசன மற்றவைகளாம். எ-று.

சுலோகத்தில் மகாவேதத்தை வேதமென்றது முதற்குறை. (உ.௫)

மகாவேதம்.

(அ-கை) மகாவேதத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஃஹாஸ்யஸ்யுதொயொநீ சுருக்வாவகுருகடுகயீஃ
வாயுநாமதிநாவ்யுத்யு நிரூதகணுநேயா ||உக||

(இ-ள்) மகாபந்தமென்னும் முத்திரையிலிருக்கும் ஏகாக்கிர சித்தமுள்ள யோகாப்பியாசி, வாயுவைப் பூரித்து கண்ட முத்திரையென்னும் ஜாலந்தர முத்திரையால் பிரணவவாயுவின் கதியை (மேலுங்கீழுமாகச் செல்லுதலை) நிச்சலமாகும்வண்ணம் நிரோதித்து (கும்பித்து) எ-று. (உ.௬)

(அ-கை). இதுவுமது.

ஸஃஹஸ்யஸ்யுதொயொநீ ஸுருக்வாவகுருகடுகயீஃ
நெநஃ | வாயுநாமதிநாவ்யுத்யு நிரூதகணுநேயா ||உக||

(இ-ள்). இரண்டுகைகளையும் சமமாய்ப் பூமியில் ஊன்றி (யோனிஸ்தானத்தில் குதியைச் சேர்த்துள்ள இடதுகாலோடு) இரண்டு கடிப்பிரதேசத்தையும் (சிறிது பூமியினின்றும் மேலெழுப்பிப் பூமியிலேயே) மெல்ல அடிக்கவேண்டும். அப்போது வாயு, இடை பிங்கலை யென்னு மிரண்டு நாடிகளையும் கடந்து சுழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியிற் செல்வதாகின்றது. எ-று. (உ.௭)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸுருக்வாவகுருகடுகயீஃ ஸுருக்வாவகுருகடுகயீஃ
யவெவ ரீகாவஸுரஸுரேதனா ததொவாயுவிநொ
வபெசு ||
||உஅ||

ம் (உம்மை) ஆரோக்கியம் விந்துஜயமுதலியவற்றையும் சேர்
த்தற்பொருட்டாம். (கூய)

(அ-கை). இனி இம்மூன்றின் வேறு சாதன விசேஷத்
தைக் கூறுகின்றார்.

சுஷ்யாக்ரீயதெதெவெவ பாரெபாரெஹீநெஹீந |
வண்ணுலுஹாரஸுயாயி வாவளவவிஹாரஸுலா |
ஸஜீக்ஷாவதாரெவெவ ஸுலுஹாரஸுலா || கூக ||

(இ-ள்). இம்மூன்றும் நானுக்கு நான் யாமத்திற்கு
யாமமாக எட்டுமுறை செய்யப்படுகின்றது. புண்ணியக்கூட்
டங்களைத் தருவதாயும் சதா பாபக்கூட்டங்களுக்கு வஜ்ஜிராயுத
ம்போன்று மிருக்கின்றது. (எப்போது அப்பியசிக்கப்படுகின்
றதோ, அப்போதுதான் பாபத்தைக் கெடுப்பதாகின்றது) சம்
பிரதாய சிஷ்ய (குருபதேசமு)டையவர்கள் இப்படி (நாடோ
றும் யாமத்திற்கு யாமம் எட்டு முறையென்று சொல்லியப
டி) பூர்வசாதனத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகவே செய்யவே
ண்டும். எ-று.

கூக

கேசரி.

(அ-கை). கேசரியைச் சொல்லக்கூடுத, ஆதியில் அதன்
சொருபத்தைக் கூறுகின்றார்.

கவாருகஹரெஜிஹாவு விஷ்ணுவிவரீகமா |
வொருகமபுதாஜிஷிபுஹாஹவதிவெவரீ || கூக ||

(இ-ள்). நாவானது கபால குகரத்தில் (குகையில்) விப
ரீதமாய்ச் செல்லுதலும், திருஷ்டி புருவமத்தியிலிருத்தலும்
கேசரிமுத்தியாயாம். எ-று.

கபாலகுகரத்தில் நாவை நுழைத்தல்பூர்வமாக புருவம
த்தியைப் பார்த்தல் கேசரியாமென்னு மிஷ்டுணம் சித்திந்தது.

(அ-கை). கேசரி முத்திரையின் இலக்ஷணத்தைக் கூறுகின்றார்.

மெடிநவரவநரொமெஹ் கருங்கு ரெணவயபுயெ
தாவக் | ஸாயாவஜ்ஜியம் ஸுஸதிதராவெவரீ
ஸிபிஃ ||

|| ௩௩ ||

(இ-ள்) நாகக்கைச்சேதனம், சாலனம், தோகனம் என்பவைகளால், அது வெளியில் புருவநடுவைத் தொடும்வரையிலும் கிரமமாக விருத்திசெய்யவேண்டும். அப்போது கேசரி சித்திக் கின்றது. எ-று-

சேதனம் தொடர்ச்சியாகவே பின்சொல்லப்படுவது. இரண்டு கைகளின் பெருவிரல் சுட்டுவிரல்களென்னு மிரண்டினாலு ம் நாகக்கைப்பிடித்துக்கொண்டு இடம்வலமாகச் சுழற்றுதல், சாலனம். கைகளின் பெருவிரல் சுட்டுவிரல்களால் பசுக்கறத்த ல்போலக் கறத்தல், தோகனம். (௩௩)

சேதனம்.

(அ-கை) அதன் * சாதனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸ-ஹீபத நிஹஸஸம் ஸ-தீக்ஷஸ்விஸ்நிபிபுயம் |
ஸரோதாயததஜெஸ நரொஜிரா துஸஜிஹிமெநக் || ௩௪ ||

(இ-ள்) கொடிக்கள்ளியிலையொத்த மிகக்கூர்மையான பளபளப்புள்ள பரிசுத்தமாகிய ஆயுதத்தைக்கொண்டு, நாக்கின் அடிநரம்பை ஓர் மயிரளவு சேதிக்கவேண்டும். எ-று- (௩௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

ததஃஸெஸ்யவபய்யாஹ்யாஹுணிபுதாஹ்யாஹு

* கேசரியின் வேறுசாதனங்களாகிய மதனமும், மேளனமும், ஆம் மேளனத்தின் மந்திரமும் யோககுண்டலியுபநிஷத்தின்-2வது அத்தியாயத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

வஷ்டுபெசு | வுநஃஸஷ்டிநெபூரெரொராரிதா ௦
ஸரீஹிநெசு || ௧௩௩ ||

(இ-ள்) சேதித்தபின், சேதிக்கப்பட்ட அந்த இடத்தில் சைந்தவமும் (உப்பும்) கடுக்காயும் பெரிசெய்து நன்றாய்த்தே யக்கவேண்டும். ஏழுநாட்சென்றபின் மறுபடியும் ஓர் மயிரள வு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டும். எ-று.

ஏழுநாள்வரையிலும் காலையும் மாலையும் சைந்தவ கடுக்கா ய்த்துள்ளதால் தேய்த்தலும் செய்யவேண்டும். யோகாப்பி யாசிகளுக்கு உப்பு நிஷேதிக்கப்பட்டிருத்தலால், கருங்காலிப்ப ட்டை கடுக்காய்களின் தூள்களைக் கொள்ளுகிறார்கள். இங்கே சைந்தவத்தைக் கூறியது ஹடாப்பியாசத்திற்குமுன் கேசரி யை யப்பியசிக்கு மபிப்பிராயத்தாலாம். ஏழுநாட்சென்றபின் அதாவது எட்டாவது நாளில் முன் சேதித்ததைவிட ஓர் மயிர ளவு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டுமென்பது பொருள். ௧௩௩

(அ-கை). இதுவுமது.

வளவஷ்டணாஸாந்தி த்யுய ஃகூஸாரிவரெசு | வஷ்டணா
ஸாடி ஸநாசிகுயசிவாஸாயஃபுணஸுதி || ௧௩௪ ||

(இ-ள்) இப்படிக்கிரமமாக (உரோமமாத்திரம் சேதித்து, ஏழுநாள்வரையில் அவ்வளவே காலையும் மாலையும் சேதனமும் தேய்த்தலும் செய்யவேண்டும். எட்டாவதுநாளில் ஒரு மயிர ளவு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டுமென்று முன்சொல்லிய கிரம ப்படி) ஆறுமாசம்வரையில் தினமும் யுத்தனாய்ச் செவ்வையாக ஆசரிக்கவேண்டும். ஆறுமாசம் அப்பியசித்தபின் நாவின் கீழ்ப் பாகத்திலுள்ள (கபாலகுஹரத்தில் நாக்குப்பொருந்துவதற்குப் பிரதிபந்தமாயுள்ள) நரம்பின் கட்டானது நசிக்கின்றது. எ-று()

(அ-கை) சேதனமுதலியவற்றால் நாக்கு விருத்தியான பின் செய்யவேண்டியதைக் கூறுகின்றார்.

கலாஃவராஜ-வீஃக்யகாதிவயெவரி யொஜயெ
 ஸ : ஸாஹவெதவரீஃ-ஹா வெஹாஜகூஃதஃ-ஹு
 தெ ! || ௩௭ ||

(இ-ள்) நாக்கை உள்முகமாகத் திருப்பி மூன்று நாடிக
 ளின் வழியாகிய திரிபதையென்னும் கபாலகுஹரத்தில் செவ்
 வையாய்ப் பொருத்தவேண்டும். அது (திரிபதையிற்சேர்த்த
 ல்) கேசரிமுத்திரையாம். அது வியோமசக்கிரமெனப்படும்
 (வியோமசக்கிரமெனும்சத்தத்தாற்சொல்லப்படும்) எ-று(௩௭)

(அ-கை) இனிக்கேசரியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ரஸநாஜிஹு-மாஃக்யகா க்ஷணாய-புஜிதிஷ்டி !
 விஹெஷவி-புஜ-ஹுதெயாஜீ வ்யாயிஜ்ய-ஹாஜிஹி ||

(இ-ள்). நாக்கை மேஸ்துவாரத்திற் செல்லுவதாக்கி அ
 னாக்ஷணமாவது நிற்பானாயின், அந்த யோகி விஷம் விபாதிமா
 ணம் முப்புராதலியவற்றினின்றும் விடுபடுகிறான். எ-று.

அனாக்ஷணமென்பது அனாமுகர்த்த(ஒருநாழிகை அல்ல
 து-௨௪-திமிஷ)மாம். 'க்ஷணம் என்னும் சப்தம், உற்சவம்,
 முன்னை, முகூர்த்தம், நியமம், அவ்வியவஸ்தை, சமயம் என்ப
 வற்றிற்கா' மென்பது நானார்த்தநிகண்டு. (௩௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

நரொமொ ராணஃதஃ-ஹா நஹிஹா நக்ஷ-யாத்ய
 ஷா ! நவஜிஹு-பாஹவெதவரீஹா-ஹாஹெதிவெவ
 ரீபு || || ௩௯ ||

(இ-ள்) கேசரி முத்திரையை யறிகிறவனுக்கு ரோகமுமி
 ல்லை, மாணமுமில்லை, தந்திரையுமில்லை, நித்திரையுமில்லை, தாக
 முமில்லை, முர்ச்சையுமுண்டாகாது. எ-று (௩௯)

(அ-கை) இதுவுமது.

வீயுதெ நஸரொமெணலிவ்யுதெ நவகரீபுணா |
வாப்யுதெ நஸகாரு நயொரீ-உ ராவெ திவெவரீ ||

(இ-ள்) எவன் கேசரிமுத்திரையை யறிகிறானோ, அவன் சுரமுதலிய ரோகங்களினாலும் பீடிக்கப்படான். கர்மத்தாலும் பற்றப்படான். காலனாலும் பாதிக்கப்படான். எ-று ()

(அ-கை) இதுவுமது.

வி தூவர திவெயஸா ஜிஹூவர திவெமதா | தெ
மெ நஷாவெவரீ நாரீ ரீ-உ ராலிமெபநி-பூரவிதா ||

(இ-ள்) எதனால் சித்தம் புருவநடுவாகிய ஆகாயத்தில் சரிக்கின்றதோ, நாக்கும் அவ்வாகாயத்திலேயே செல்லுவதாய்ச் சரிகின்றதோ, அக்காரணத்தால் இந்தக் கேசரியென்னும் பிரசித்தமாகிய முத்திரை கபிலர்முதலிய சித்தர்களால் நிரூபிக்கப்பட்டிருக்கின்றது.

முன் மூன்று சுலோகங்களிலுள்ள வியாதிமுதலியவற்றின் புனருத்தியோ, அந்தச்சுலோகங்கள் சங்கிரகிக்கப்பட்டவைகளாயிருக்கலால் தோஷமுடையதாகாது. (சக).

(அ-கை). இதுவுமது.

வெவயபூரீ-உ தம்பெ நவிவரமும்வி கொய்யு-பு-த :
நகஸ்யுக்ஷர தெவி-உ-பூ காதி நயாஸூஷிதஸ்யு-வ :

(இ-ள்). எந்தயோகியினால் கேசரி முத்திரையால் நாக்கின் மேற்பாகத்திலிருக்கும் துவாரம் முத்திரிக்க (மூட) ப்படுகின்றதோ, அவனுக்கு இளம்பெண்ணோடுகூடினாலும் பிந்து நழுவாது. (சஉ)

(அ-கை). இதுவுமது.

வலிகொயி யராவிரீ-உ-ஸம்வா-மெதூ-யொ-நி-
ணூ-ம | வு-ஜ-த-பூ-பூ-ஹ-த-பூ-தூ-நி-வ-மெ-யொ-யொ

நி 8-உ யா ||

॥ ॐ ॥

(இ-ள்). நழுவினாலும், எப்போது விந்து யோனிஸ்தா
னத்தை யடைகின்றதோ, அப்போதே கோசத்தைச் சுருக்குத
லென்னும் யோனிமுத்தியாயால் மிகக்கட்டப்பட்டதாய், ஆகரு
ஷணசக்தியால் இழுக்கப்பட்டு மேற்செல்லுகின்றது. (சுழு
முனைமார்க்கமாக விந்து ஸ்தானத்தையடைகின்றது). எ-று.

கோசத்தைச் சுருக்கி பென்பதனால் வஜ்ஜோலிமுத்திரா
சூறிப்பிக்கப்பட்டது. (சுரு).

(அ-கை). இதுவும்தான்.

உளபுழை ஹ்வி ரொஹ்நா ஹ்வி ரொஹ்நா ஹ்வி ரொஹ்நா
கிபஃ | ரொஹ்நா ஹ்வி ரொஹ்நா ஹ்வி ரொஹ்நா ஹ்வி ரொஹ்நா
யொஹ்நா ||

|| ♯ ♯ ||

(இ-ள்). எவன் மேற்றுவாரத்தில்செலுத்திய நாக்கையு
டையவனாய் நிச்சலனாகி, அங்கு ஒழுகுகின்ற சந்திராமிர்தத்தை
க்குடித்தலாகிய சோமபானம்செய்கிறானே, அவன் அரைமாத
த்தில் மிருத்தியுவை ஜெயிக்கிறான். சந்தேகமில்லை. (இது நிச்
சயம்). எ-று.

(அ-கை). இதுவும்தான்.

நித்யம் ஸௌகந்திகரவகுணம் ஸரீரொபஸ்யுயொயி
நம: | தக்ஷகௌணாவிடிஷ்டஸ்ய விஷ்டதஸ்ய நஸவபு
தி |

15

(இ-ள்) இன்னும் எந்தையோகியின் சரீரம் நாடோறும் சோமகலையால் நிரம்புகின்றதோ, அவனுக்கு தகைகனாள் கடிக்கப்படினும் விஷம் பரவாது (அதனாலாகிய துக்கமில்லை). எ-று. (சுரு

(அ-கை). இதுவும்தான்.

உந்நாநியபாவணி வெணுவதிபுலவகா கயா

(இ-ள்). எப்படி ஆக்கினி விறகையும், தீபம் எண்ணெயோடுகூடிய திரியையும் விடுகிறதில்லையோ, அதுபோல சோம கலையால் நிரம்பிய தேகத்தைத் தேகி (ஜீவன்) விடுகிறதில்லை. எ-று. (சுக்).

மொரோஸும் ஹக்ஸ்பென்ஸிக்கும் விவெஷிசுவாராஸும்
 ணிம் ! கூடும் நம் தலைமையிலே இருக்கிற கருவியைத் தகராடி ||

நான் என்றது நூலாசிரியர் சொல். குலத்திற் பிறந்தவ
ன் குலீனன். அவனை நற்குலத்திற் பிறந்தவனென்று மதிக்கி
றேன் என்றார். அது பிரமவைவர்த்தத்தில் “கூதாயுள
விதராளகெந யந்நொடிஸஃகூமஹதக் ! ஜாயகெ
யொமவாந்யுத டிக்ஷயுதாஹ்ஜை ! டிஷ்டஃஸஹாவி
தஃஸ்யஷ்டஃபஹ்ஸுதொவிபுவகவாநு ! ஹகொபிஸ
தாவாதஃ பஹாதிவஜிநஹ்நுணாஃ || அவனாஃ பெற்றோர்
கிருதார்த்தராகின்றனர். அந்தத்தேசமும் குலமும் தன்னிய
மாகின்றது. யோகவான்(யோகி)எங்கே பிறக்கிறானோ அந்தக்

18

(४६)

(அ-கை) கோமாமிச சப்தத்தின் அர்த்தத்தைக் கூறுகி
ன்றார்.

॥ २५ ॥

அமரவாருணி.

(୨୩)

உண்மைப்பதிவுமேகா முகேசுவரன்ஜி ஹாரஸ்ஸஸ்நித்
லக்ஷாராகக் குகாஜி உய்யஸதீஸ்ரீ யோஜ்யகருக
யா | வ்யாபீநாஹரணம் ஜரானகரணம்ஸஸா ம'கோ

ஜீரணம் தஸ்யஸ்யாஜீரகவஷ்டமண்தம் விஜாம்
நாகவஷ்டமண்பூ || || 10 ||

(இ-ள்) எப்போது நாக்கின் மேல்நந்திர(துவார)த்தை இடைவிடாது தொடுத்தால், எவனுடைய நாவானது சோமரசத்தின் (சந்திராமிர்த்தத்தின்) ஒழுக்குடையதும், கரிப்போடுகூடியதும், உறைப்பு புளிப்பு பால் என்பவற்றிற்குச் சமானமானதும், தேன் நெய் என்பவற்றைப் போன்றதுமாகிய இரசமுடைய தாகுமோ, அப்போது அவனுக்கு வியாதிகளைப் போக்குதல், ஜரையை (மூப்பை) க் கெடுத்தல், தன்பேரில்வரும் ஆயுதங்களைத் தடுத்தல், அணிமாதி யெட்டுக் குணங்களு முடையவனாதல், அமரத்துவம் (மாணமின்மை), சித்தாங்களைகளை (சித்தப் பெண்களை) ஆகருஷிக்கும் சக்தியென்னு மிவைகள் உண்டாகின்றன. எ-று. || 10 ||

(அ-வை) இதுவுமது.

ஜீரணம் தஸ்யஸ்யாஜீரகவஷ்டமண்தம் விஜாம்
நாகவஷ்டமண்பூ || || 10 ||

(இ-ள்) நாக்கைக் கபால குஹரத்தில் செலுத்திப், பின் மேல்முகமாக்கிக் குண்டலினி சக்தியைத் தியானித்து, சாதன பூதமாகிய பிராணனால் குண்டத்திலுள்ள பதினாறு இதழ்க்கமலத்தில் விழும் ஹடயோகத்தா லடையப்பட்ட பரிசுத்தமான தாராவடிவமாகிய ஆலைகளோடுகூடிய சந்திராமிர்த மென்னும் இரசத்தை எவன் குடிக்கிறானோ, அந்த யோக வியாதியில்லாதவனும், தாமரைத்தண்டுபோல மிருதுவான சரீர முடையவனுமாய் வெகுநாளம் ஜீவிக்கிறான். எ-று. || 10 ||

(அ-கை) இதுவுமது.

யக்ஷாபுரையெய்வஹி தஸ-ஹிரம் ரேந-ஹிபுர-ஹி
 ரஸ-ஹி தஸ-ஹிபுர-ஹி தஸ-ஹிபுர-ஹி
 நாடி | உப-ஹிபுர-ஹி தஸ-ஹிபுர-ஹி
 ராணா-ஹி தஸ-ஹிபுர-ஹி தஸ-ஹிபுர-ஹி
 விபிஃ ||

|| ௫௨ ||

(இ-ள்) [“தஸ-ஹிபுர-ஹி தஸ-ஹிபுர-ஹி தஸ-ஹிபுர-ஹி
 அதனது சிகைமத்தியில் பரமாத்மமா பொருந்தியிருக்கின்றார்”
 என்னும் சுருதியால்] மேருவைப்போல உயர்ந்திருக்கும் சுழுமு
 னையாகிய மேருவின் மேற்பாகத்தின் மத்தியிலிருக்கும் சோம
 ஜலம் ஒழுகும் துவாரம் எனவே, அதில் நற்புத்தியுடையோன்
 (இஃஜோ தமோகுணங்களால் ஜெயிக்கப்படாத சத்தவகுணமுள்
 ளவன்) ஆன்மதத்துவத்தைக் கூறுகின்றான். ஆறுகளின் (கங்கை
 யமுனை சரஸ்வதி நருமதை முதலிய சப்தங்களுக்கு வாச்சியமா
 கிய இடைபிங்கலை சுழுமுனை காந்தாரி முதலிய நாடிகளின்) முகம்
 அந்தத் துவாரத்திலிருக்கின்றது. சந்திரமண்டலத்தினின்றும்
 சரீரத்திற்குச் சாரம் கழுகுகின்றது. அதனால் (அப்படி யொழு
 குவதனால்) மனிதர்களுக்கு மரணமுண்டாகின்றது. ஆகையால்
 அந்த (முற்கூறிய) கேசரியென்னும் நல்லகரணத்தைப் பந்திக்க
 வேண்டும். (அப்படிப்பந்திக்கின்) சந்திராமீர்தம் ஒழுகாதாக
 வின் மரணம் உண்டாகாதென்பது தாற்பரியம்.) அன்றேல் (அ
 க்கரணத்தைப் பந்திக்காவிடின்) காயசித்தி (ரூபலாவண்ணியமு
 ம் பலமும் வஜ்ஜிரசதைப் பொடித்தலுமாகிய காயத்தின் சித்
 தி) யுண்டாகாது. எ-று.

ஆக்துமா விபுத்துவமாகிய கேசரி முத்தியையில் அபிவி
 க்தியாதல், அதில் ஆக்துமதத்துவ மெனப்பட்டது. (௫௨)

(அ-தா 5) இதுவுமது.

ஸாஹிபாஹ்லா நஜ் நகம் வஹுஸுர கஃ ஸகிநி கழ் !
கிஷ்கெதெவெஸ்ரீசிஹ்லா கஸிபுஸாஹ்லாநி.ரஹ்லெந்

(இ-ள்) ஐந்து பிரவாக (இடை - முதலியவற்றின் ஓட்ட)த்தோடு கூடியதும் (அவெளகைகமா யறிவிக்கப்படும்) ஆத்மசாட்சாத்காரத்தை யுண்டாக்குவதுமாகிய துவாரம் எனாவோ, அந்த நிரஞ்சன (அவித்தையும், அதன்காரியமாகிய சேரகமோகாதிகளும் அஞ்சனமாம். அவ்வஞ்சன மில்லாத) துவாரமாகிய சூரிய (ஆகாச)த்தில் கேசரிமுத்திரை ஸ்திரமாகின்றது. எ-று.

(அ-னைக) இதுவும்தா.

வனகம்ஸ்ய ஷ்டித்யஸீஜ நெகாஜேஜா உ வெவநீ ।
வனகொஜெவொநிராதுஸை வனகாவஸ்யாஜெநாநநீ ॥

(இ-ள்) பீஜங்களில் சிஞ்ஷ்டிவடிவமாகிய பிரணவமென்னும் பீஜம், முக்கியம்; முத்திநாதங்களில் கேசரியென்னும் முத்திநாதம், முக்கியம்; தெய்வங்களில் நிராலம்பமாகிய (பற்றுக்கோடில்லாத) தெய்வம், முக்கியம்; ஆவஸ்தைகளில் உன்மனீயவஸ்தை முக்கியமாம். ஏ-று.

பிரணவபீஜம் முக்கியமென்பது “ஒதிதெது தடிசுபதிடிஸ
வ-0 || ஒமென்னும் இவ்வட்சரம் இவ்வெல்லா (ஐகத்து) முமா
ம்”. என்று மாண்டேக்கிய உபநிடத்தில் கூறியிருக்கின்றது.
ஆலம்பனத்தை விடின் ஆத்துமாவின் சொருபநிலையுண்டாகுத
லால், ஆலம்பனசூனியதெய்வம் முக்கியமென்றார். பீஜமுகவி
யவற்றுள் பிரணவமுதலியன முக்கியமாதல்போல முத்திரைக
ளில் கேசரிமுத்திரை முக்கியமாமென்பது பொருள். (ருச)

உட்டியானபந்தம்.

(அ-கை). உட்டியானபந்தத்தைச் சொல்லக்கூடுதி, முதலில் உட்டியானமென்னுஞ் சொல்லின் பொருளைக் கூறுகின்றார்.

வெய்யபெருநலம் ஷடாநாயாஃ ஞானசம்பந்தைய
கஃ | கஸாஷம்பநாவொயாஃ யொமினிஸகிடா
ஹுதஃ || 100 ||

(இ-ள்). எந்தக்காரணத்தால் எந்தப் பந்தத்தால் கட்டுப் பட்டபிராணன் சுழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியில் பறக்கின்றதோ, அந்தக்காரணத்தால் அது மச்சேந்திரர்முதலிய யோகிகளால் உட்டியானபந்த மெனப்பட்டது. எ-று.

உய்யுபநா-பறத்தல். இந்தப்பந்தத்தால் பிராணன் சுழு
முனையில் பறங்கின்றமையால் உடம்பனமெனப்படுகின்றது. ||

(அ-சை). இதுவும்தான்.

உபீ நங்குரா தெயஸா ஐவிஸ்ராதங்கிஹாவமஃ |
உபீ பாநந்தெடிவஸ்யா தத்ருஷ்யெயாநி யீயகௌ ||

(இ-ள்). பெருமாகாயமாகிய பிராணன், எந்தப் பந்தத்தால் விசிரந்தியில்லாதாகும்வண்ணம் சுழுமுனையில் உட்டினம் (பறத்தலைச்) செய்கின்றதோ, அந்தப்பந்தமே உட்டியானமென்னும் பெயருடையதாம். அவ்விஷயத்தில் பந்தத்தின் சொரூபம் என்னாற்சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

எப்போதும் தேகாவகாசத்திற் கதினையுடையதா யிருத்
தலால் பெருமாகாயமாகிய பிராணனென்றார். (௩௬)

(ஆ-கை). உட்டிவானபந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

உடினெவழிதோதாநநாஹொருபுபுலகாரபெயர் !
உய்யாநொஹுஸளவையொபுத்யுதோதமகெ
வரீ || || ௩௭ ||

(இ-ள்). வயிற்றில் நாபியின் மேற்பாகத்தையும் கீழ்ப்பாகத்தையும் முதுகோடு ஒட்டும்படி பின்னிழுக்கவேண்டும். (நா

பியின்மேல்கீழ்ப்பாகங்களை யிழுத்தலென்னும்) இந்த உட்டியா
னபந்தம் மிருத்தியுலென்னும் யானைக்குக்கேசரியா (சிங்கமா)ம்
(அதைக்கெடுப்பதாயிருக்கின்றது). எ-று.

இங்கே கீழ்ப்பாகத்தையுமென்றது சகாரத்தால் (உம்மை
யால்) கொள்ளப்பட்டது. (௫௭)

(அ-கை). இதுவுமது.

உட்டியா நகை ஸஹஜம் மாரணாகயி தஸஸா | க
ஹஸே ததபஸு வுலோகவி தரணாயத ||

(இ-ள்). குருவினால் எப்போதும் சகஜமாய்ச் சொல்லப்
பட்ட உட்டியானபந்தத்தை நிரந்தரம் எவன் அப்பியசிக்கிறா
னோ, அவன் விருத்தனாகினும் தருணனைப்போலாகிறான். எ-று

(அ-கை). உட்டியானபந்தத்தின சொரூபத்தையும் அ
தன் கீர்த்தியையும் கூறுகின்றார்.

நாமொருபு ஸுபுலாவிதா நகையுடைய தகை |
ஷணாஸகஹஸே தபஸு ஜயதேவ நஸஸாய ||

(இ-ள்). நாயியின் மேற்கீழ்ப்பாகங்களை மிகமுயற்சிபா
ல் பின் இழுக்கவேண்டும். ஆறுமாசம் அப்பியசித்தால் மிரு
த்தியுவை ஜயிப்பன். இதற்கந்தேகமில்லை. எ-று. (௫௯)

(அ-கை). இதுவுமது.

ஸவெஷாஜேவஸாயா நா தேதஜோ ஹுட்டியா
நகை | உட்டியா நகே ஹஸையெ தேகிஷா ஹாலிக்ஹ
வெச ||

|| ௬௦ ||

(இ-ள்). பந்தங்களைல்லாவற்றிலும் உட்டியானபந்தமே
உத்தமம். ஏனெனின் உட்டியானம் திடமாய்ச்செய்யப்படின்
முத்தி இயல்பாகவேயுண்டாம். எ-று.

உட்டியான பந்தம் செய்யின் பறவைகதியாகச் சுழுமுனை யில் பிராணன் செல்லுதலால், “ஸுரோயளரோக்ஷரோஹோதி || சமாதியில் மோக்ஷத்தை யடைகிறான்” என்னும் வாக்கியத்தால், சகஜமாகவே முக்தியுண்டாமென்பது தாற்பரியம். (சுய)

மூல பந்தம்.

(அ-கை). மூலபத்தத்தைக்கூறுகின்றார்.

வாஷிபுஷாமெநஸுவீயு யொநிரோக்ஷமெயே
 ௨௦ | ஸ்வாநதேயுபுரோக்ஷஷு சிவஸுயெயாநி ய
 பதெ || ||சு ௧||

(இ-ள்). குதியால் யோனியைச் செவ்வையாகப் பிடித் துக் குதத்தைச் சுருக்கவேண்டும். கீழ்ச்செல்லும் வாயுவா கிய அபானனை மேலிழுத்தலால் மூலபந்தம் சொல்லப்படுகின்ற து. எ-று.

குதியால் யோனிஸ்தானத்தைப்பிடித்தல் பூர்வகமாய்க் கு தத்தையிழுத்தல், மூலபந்தமெனப்படுகின்றது என்பது பொ ருள். (சு ௧)

(அ-கை). இதுவுமது.

ஸுயொமதிவேநமெவ உளபுமுகாரமெதவ
 ௨௧ | ஸுக்ஷமெநநதவாஹு சிவஸுயெயாநி
 யொமிநு || ||சு ௨||

(இ-ள்). அதேகதியை (கீழ்ச்செல்லுதலை) யுடைய அ பானனைப்பலமாய் இழுத்தலால் (மூலாதாரத்தைச் சுருக்குதலா ல்) மேற் (சுழுமுனையிற்) செல்லுவதாகச் செய்கிறான். அதை யோகிகள் மூலஸ்தானத்தின் பந்தனம் மூலபந்தமென்னும் ப தப்பொருளாகக்கூறுகின்றனர். எ-று.

இதனால் (இச்சுலோகத்தால்) மூலபந்தசப்தார்த்தமும் முன் சுலோகத்தால் அதன் பந்தனப்பிரகாரமும் சொல்லப்பட்டன

மையால் புனருத்திதோஷம் (கூறியது கூறலென்னும் குற்றம்) இல்லை. (கூஉ)

(அ-கை). இனி யோகபீஜத்திற்சொல்லியபடி மூலபந்த னத்தைக் கூறுகின்றார்.

மஹாவாஷ்டாஸுஸு வாயுரோகஸு யெ
உவாஸு | வாராவாயுராவாயுஸு ஸரீரபாதிஸு
ரணஃ || (கூங)

(இ-ள்). இரண்டு குதிகளால் (பாட்டின் கீழ்ப்பாகத்தால்) குதத்தைச் செவ்வையாய்ப் பிடித்து, வாயுசமுமுனையின் மேற் பாகத்திற் செல்லும்படி வாயுவை (குதத்தை) ப்பலமாக இழுக்கவேண்டும். இது மூலபந்தமாம். எ-று.

இதுமூலபந்தமாம் என்பது அத்தியாகாரம். (கூங)

(அ-கை) இனி மூலபந்தத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

பூணாவாநனநாடிநிநி சிவஸுயெநவெ
கதாஸு | மகாவாயுமஸுஸுஸுஸுஸு யஸுதொநாது
ஸுஸுயஸு || (கூச)

(இ-ள்) மேலும் கீழுஞ் செல்லுவனவாகிய பிராணபான வாயுக்களும், நாத (அநாகதத்துவனி) விந்துக் (அநுஸ்வாரங்) களும் ஐக்கியத்தை யடைந்து, யோகத்தின் நல்ல சித்தியை அப்பியாசிகளுக்குத் தருகின்றது. இதற் சமுசயமில்லை. எ-று.

இதின் தாற்பரியம்:— மூலபந்தம் செய்தலால் அபானன் பிராணோடு ஒன்றாய்ச் சமுமுனையிற் பிரவேசிக்கின்றது. அதனால் நாதம் வெளிப்படுகின்றது. அதனால் நாதத்தோடு பிராணபான னிரண்டும் இருதயத்தின்மேற்சென்று, நாதத்திற்கு விந்துவோடு ஐக்கியங்கொண்டு பிரமரந்திரத்திற் செல்லுகின்றன. அதனால் யோகசித்தி யுண்டாகின்றது. (கூச)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுவாநவாணயொரொக்யௌக்ஷபொரோதுவாஸீ
ஷயொஃ ! யவாஹவகிவ்யுஜோபிஸததஃரோவஸ்த
நாஸி ||

|| சுரு ||

(இ-ள்) எப்போதும் மூலபந்தனத்தைச் செய்தலால், அபான பிராண னிரண்டின் லைகையமும், (கட்டுப்பட்டிருக்கும்) மூத்திரபுரீஷ (மல)ங்களின் கூடிய (வீழ்ச்சியு) முண்டாகின்றன. விருத்தனும் தருணாகுகின்றன. எ-று.

சுரு

(அ-கை) இதுவுமது.

சுவாநவாணயொரொக்யௌக்ஷபொரோதுவாஸீ
தராதநஸிவாஜீவ்யூ ஜாயதவாயநாஃஹதா ||

(இ-ள்) மூலபந்தத்தால் கீழ்ச்செல்லும் அபானவாயு மேற்செல்லுவதாய் அக்கினிமண்டலத்தை யடையும்போது ஜடாக்கினியின்சிகை, வாயுவோடுசேருதலால் நீருகின்றது. எ-று.

அக்கினிமண்டலம் நாபியின் கீழ்ப்பாகத்தில் திரிகோணமாயிருக்கின்றது. அது யாஞ்ஞவஸ்கியரால் “பெஹபெயுஸிஷிஸூநஃ தவ்யூஸவஃநடிவஹி | திரிகோணஹுநஃநஃஷூரணாரஃ ஹதஃரஸுணஹுதஃஷூரா | ஸ்ணுஹுஹுதஃமரநாஃஸத்யுதேதஜீஸவீதிதெ | தந்யுதஃஸிவாதநீஸதாதிஷ்கிவாவகெ || தேகமத்தியில் அக்கினிமண்டலம் காய்ச்சிய ஜாம்பூநத பொன் நிறமுள்ளதாய் மனிதர்களுக்கு முக்கோணமாயும், நாகாற்பிராணிகளுக்குச் சதுரமாயும், பட்சிகளுக்கு மண்டல (வட்ட) மாயுமிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் எப்போதும் அக்கினி சிகைபாவிதிற்கின்றது. இதை யான் உனக்கு உண்மையாகச் சொல்லுகிறேன்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(சுசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ப்பந்தித்து கழுமுனைமார்க்கத்தில் பிராணனைச் செலுத்தவேண்
டும். எ-று.

இங்கே இடைபிங்கலைகளைப் பந்தித்து என்பதனால் ஜாலந்
தரபந்தத்தால் என்று பொருளாகின்றது; “கண்டத்தைச் சுருக்
குதவினாலேயே இரண்டு நாடிகளும் ஸ்தம்பிக்கின்றன.” என்று
(எங்-வதுசுலோகத்தில்) கூறப்பட்டிருத்தலால். (எசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

கடுநடுநவவியாடுநந வுயாதிவவடுநாலயம் ।
தடுதாநஜாயடுதஜுதஜு-ஜுராடுராமாகுகுதயா ॥

(இ-ள்) இவ்விதத்தினாலேயே பிராணன் இலயத்தை (ஸ்
திரத்தன்மையை) அடைகின்றது. அதனால் (பிராணனது இலய
த்தால்) மிருத்தியு ஜரை ரோகமுதலியவைகள் உண்டாகிறதில்
லை. எ-று.

கதியின்மை பூர்வகமாக பிரமாந்திரத்தில் நிலைத்தல், பிரா
ணனது இலயமாம். முதலியவென்னுஞ்சொல்லால் நரை, திரை,
தந்திரை, ஆலசியமுதலியவைகளும் கொள்ளப்படுகின்றன. (எடு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸ்யதயஜீஹெஸுஷ்டு ஸீஹாலிஹெஸுஸெவிதம் ।
ஸவெஷ்டுஹெஷ்டுதாணாம் ஸாயநெயாமிநாவி
த-ஃ ॥

॥எசு॥

(இ-ள்) இந்த மூன்று பந்தங்களும் சிரோஷ்ட (வேதாட்சா
தாரங்களில் மிகச்சிலாக்கிய) மானவைகளும், மச்சேந்திரர்முத
லிய சித்தர்களாலும் சேவிக்கப்பட்டனவும், சகலஹடதந்திர (உ
பாய) ங்களுக்கும் சாதனமு (சித்தியையுண்டாக்குவனவு) மாமெ
ன்று கோரக்கர்முதலியயோகிகள் ஆறிகின்றார்கள். எ-று.

சித்தர்களாலும் என்பதிலுள்ள உம்மையால் வசிஷ்டாதி

முனிவர்களாலுமென்பது கொள்ளப்படுகின்றது. (எக)

(அ-கை) விபரீதகாணியைச் சொல்லக்கருதி, அதன் உபோற்காதத்தன்மையால் முதலில் பிண்டம் (தேகம்) ஜாயுடையதாதலைக் கூறுகின்றார்.

யதிஹித்வதெவதீர ஈஜகஹிவ்யுரஹிணஃ । த
ஹிவ்யும ஸதெவஸுபு ஸ்வேநவிணோஜராய-தஃ ॥

(இ-ள்) திவ்விய (உத்திருஷ்ட) வடிவமாகிய யாதொரு அமிர்தம் (அண்ணத்தின் மூலத்திலுள்ள) சந்திரானினின்றும் எழுகின்றதோ, அது முழுவதையும் நாபியிலிருக்கும் அனல்வடிவமாகிய சூரியன் விழுங்குகின்றது. அதனால் (சூரியன் அமிர்தத்தை விழுங்குதலால்) தேகம் ஜாயுடையதாகின்றது. எ-று

அமுதத்தைச் சூரியன் விழுங்குகிறதென்பது கோரக்கநாதரால் “நாஹிஹெஸஸ்யிதொநித்யஹாஸுரொஹநாதகஃ । ஈஜகஹிவ்யுதொநித்யஹாஸுரஹிணஃ ॥ வஹிவ்யுமஹிவ்யுதொநித்யஹாஸுரஹிணஃ ॥ கரணந்தஃ கத்யுமெநவீயஹிவ்யுதொநித்யஹாஸுரஹிணஃ ॥ தகனவடிவமாகிய சூரியன் நித்தியம் நாபிஸ்தானத்திலிருக்கின்றது. அமிர்தவடிவமாகிய சந்திரன் நித்தியம் மேல்வாயின் மூலத்திலிருக்கின்றது. கீழ்முகமாகிய சந்திரன் அமிர்தத்தை வருஷிக்கின்றது. மேல்முகமாகிய சூரியன் அதை விழுங்குகின்றது. ஆதலால் எதனால் (எந்தக் காரணத்தினால்) அமிர்தம் அடையப்படுகின்றதோ, அந்தக்காரணத்தைச் செய்யவேண்டும்.” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (எஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ததூரஹிகரணஹிவ்யும ஸுபுஸுரஹிணஃ ॥
மஹாஹிவ்யுதொநித்யஹாஸுரஹிணஃ ॥
ஹிஃ ॥ ॥ எஅ ॥

(இ-ள்) அவ்விஷயத்தில் நாபிஸ்தானத்திலுள்ள அனலமாகிய சூரியனது முகத்தை வஞ்சிக்கும் உத்தம (திவ்விய) மாகிய இனிச் சொல்லப்படும் முத்திரையென்னும் காரணம் ஒன்றுண்டு. அது குருபதேசத்தால் அறியக்கூடியதாம். கோடிசாஸ்திரங்களாலு மறியக்கூடியதன்று. எ-று. (எஅ)

விபரீதகரணி.

(ஆ-கை) விபரீதகரணிடைக் கூறுகின்றார்.

உளயுடும் நாமெரயவூரென நகுயுடும்மாநு ந
யொயஸ் | கரணீவிவரீதாபூர மருவாகெடுந
மறுதெ ||

(இ-ள்) மேலே நாபியும் கீழே அண்ணமும் (மேல்வாய்) மாக அதாவது மேலே அனல்வடிவாகிய சூரியனும் கீழே அமிர்தவடிவமாகிய சந்திரனும் இருக்கும் (விபரீதமாக அதாவது மேலுங்கீழுமாக விருக்கும் சந்திரசூரியர்களைக் கீழுமேலுமாகச் செய்தலென்னும் பதப்பொருளுள்ள) விபரீதகாரணியென்னும் காரணம் குருவாக்கியத்தால் ஆடையப்படுகின்றது. எ-று.

(அ-ஐக) இதுவும்தான்.

நித்யேஹாஸய-கஸ்யஜொராழிவ்யபுநீ । குஹா
 ரொஸஹ-வஸ்யஸ்யஸாஸாயுஃ ஸாயகஸ்யவ ॥ சுஹா
 ஹாரொயஜிஹவெஜிநிஜபுஹதித கணாஸ ॥ ॥ ५० ॥

(இ-ள்) பிரதிதினமும் ஜடராக்கினியை விருத்திசெய்யும் விபரீதகரணியை அப்பியரசிக்கும் சாதகனுக்கு ஆகாரம், அதிகமாய்(வேண்டிய அளவு)சம்பாதிக்கத்தக்கதாம். ஆகாரம் அற்பமாகுமாயின் அக்கினி கூடணமாத்திரத்தில்(விரைவில்) தேசத்தைத் தகிக்கும். எ-று .

(அ-தை) மேலும் கீழுமாயுள்ள சந்திரஞ்ஞரியர்களைக் கீழு
மேலுமார்கச் செய்யுங் கிரியையைக் கூறுகின்றார்.

ஹேதோ மஹவஹேதே || எப்படிப் பிரார்த்தகர்மம் தத்துவ
ஞானத்தினும் பிரபலமோ, அப்படியே அந்தக்கர்பத்தைவிட
யோகாப்பியாசம் பிரபலமாம். ஆகையால் உத்தராகர்வீதகவ்வி
யர்முதலியயோகிகளுக்கு சுவேச்சையாக (தமது இஷ்டப்படி)
தேகத்தைவிடுதல் பொருந்தும்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்
றது. பாகவதத்திலும் “ஹேமஹேதோ துரோயிநா || சமாதிநி
ஸ்தே தேகத்தைவிடுகின்றான்” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்
றது. (அஉ)

வஜ்ஜோலி.

(அ-கை) வஜ்ஜோலியிற் பிவிருத்தியை மூண்டாக்குவத
ற்கு முதலில் அதன் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸௌபாவதபூரோநாடவி யோமொமெதுநிபுய
மெலிபுநா | வஜ்ஜோலீயொவிஜாநாதிஸயொதீஸி
விஜாஜநா || || அக ||

(இ-ள்) எவன் (எந்த அப்பியாசி) வஜ்ஜோலி முத்திரை
யை விசேஷமாகச் சுவாசுபவந்தால் அறிகிறானோ, அந்த யோ
கி யோகசாஸ்திரத்திற் சொல்லப்பட்ட பிரமசரியமுதலிய நி
யமங்களின்றி சுவேச்சையாயிருந்தாலும், அணிமாநிகளுக்குப்
பாத்திரனாகின்றான். எ-று- (அக)

(அ-கை) அதன் சாதனத்தினுபயோகமுள்ள இரண்டு வ
ஸ்துக்களையும் கூறுகின்றார்.

ததவஸு-அபவகெஷுரீ-மூபுமாயஸுகஸுவிஸி |
கரோமெகாவிதீயந்தாநாநீவஸவதிபுநீ || அச ||

(இ-ள்) அதில் (வஜ்ஜோலியப்பியாசத்தில்) உபயோகமு
ள்ள இரண்டு வஸ்துக்களையும் சொல்லுகிறேன். அது (தன
மில்லாத) எவனுக்கும் தூர்லபமாம் (துக்கத்தினாலடையக் கூ
டிய அல்லது துக்கத்தினாலடையாததற்கரியதாம்). அவ்விரண்

டு வஸ்துச்சுக்ளவை யெனின், ஒன்று (குடிக்கும் பொருட்டு) பால். மற்றொன்று, சுவாதீனமுள்ள ஸ்திரீ. எ-று.

புணர்ச்சிக்குப் பின் இந்திரியம் பலமற்றுப்போகின்றபடியால், அதன் பலத்திற்காகப் பால் குடித்தல், யுக்தம். சிலரோ பால் குடித்தல் அப்பியாசகாலத்தில் ஆகருஷணஞ் செய்தற் பொருட்டாமென்பர். (அச)

(அ-கை) வஜ்ரோலிமுத்திரையின் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

நெஹநெ நஸுநெ நஃஸுஜி மஹபூகாஹநஜி
ஸெக | வஹஹொவ்யவா நாரீவஜ்ராலீலிபிஜி
ஹபூகா || !அடு||

(இ-ள்) விந்து வெளிப்படுவற்குச் சாதனமாகிய புணர்ச்சிக்குப்பின், புருஷனாவது ஸ்திரீயாவது மெல்ல நன்றாய் யத்தின பூர்வகமாக உபஸ்தத்தானத்தையிழுத்தலை (விந்துவைமேலிழுத்தலை)ச் செய்யவேண்டும். அதனால் வஜ்ரோலிமுத்திரையின் சித்தியையடைவர். எ-று. (அடு)

(அ-கை) இனி வஜ்ரோலியின் முதல் அங்கமாகிய பிரக்கிரியையைக் கூறுகின்றார்.

யததஸுஸ நாமெந மஹதாரஹஜகஹரொ | ஸ
நெநஸுநெ நஃபூகஹீபு தவரயஹஸஹாரகாரணாக்

(இ-ள்) ஈயமுதலியவற்றைச் செய்யப்பட்ட சிறந்த குழலால் இலிங்கத்துவாரத்தில் வாயு சஞ்சரிக்கும்பொருட்டு, மெல்ல மெல்ல அடிக்கடி நெருப்புகுழலிற் போல் பூத்காரம் செய்ய வேண்டும். எ-று.

* வஜ்ரோலியின் சாதனப்பிரக்கிரியை:—ஈயத்தாற் செய்ய

* இவ்வஜ்ஜிரோலியால் விந்து சித்திப்பதற்குச் சுலபமானவேறு உபாயம் சிவசங்கீதையிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது வருமாறு:—

ப்பட்டதும், மிருதுவானதும், இலிங்கத்தில் பிரவேசிக்கத்தக்கதும், பதினான்கங்குலமாத்திர மளவுள்ள துமாகிய சலாகை செய்து, அதை இலிங்கத்தில் செலுத்துதலை அப்பியசிக்கவேண்டும். அதாவது முதல் நாள் ஒரு அங்குலமாத்திரமும், இரண்டாம் நாள் இரண்டங்குலமாத்திரமும், மூன்றாம் நாள் மூன்றங்குலமாத்திரமும், இப்படி கிரமமாய் விருத்திசெய்யவேண்டும். பன்னிரண்டங்குலமாத்திரம் பிரவேசித்தால் இலிங்கம் சுத்தமாம். பதினான்கங்குலமாத்திரமுள்ளதை இரண்டங்குலம் மேல்முகமாக வளைத்து, அதன் பன்னிரண்டங்குலமாத்திரத்தை உட்செலுத்தவேண்டும். மேல்முகமாக வளைந்த இரண்டங்குலமாத்திரத்தை வெளியே வைக்கவேண்டும். அதன்பின் அதைக் கம்மாளானது நெருப்பூதுகுழலைப்போற் கொண்டு, இலிங்கஸ்தானத்தில் செலுத்தப்பட்ட பன்னிரண்டங்குல நாளத்தின்(குழலின்) மேல்முகமாகவளைந்த இரண்டங்குலமத்தியில் வாயு பிரவேசிக்கும்படி பூத்காரஞ்செய்ய(ஊத)வேண்டும். அதனால் நன்றாய் மார்க்கசுத்தியுண்டாகின்றது. அதன்பின் ஜலத்தை இலிங்கத்தாலிழுக்கவேண்டும். ஜலத்தை இழுத்தல் சித்தித்தபின், முன்குலாகத்திற்குறியபடி விந்துவை மேலிழுத்து அப்பியசிக்கவேண்டும். விந்துவை யாகருஷித்தல்(இழுத்தல்)சித்தித்தால் வஜ்ஜோலிழுத்திரை சித்திக்கும். இது பிராணஜயமுள்ளவனுக்கே சித்திக்கும். மற்றவனுக்குச் சித்தியாது. கேசரிமுத்திரையும் பிராணஜயமுமாகிய இரண்டும் சித்தித்தவனுக்கே இது செவ்வையாய் உண்டாகின்றது. (அசு)

(அ-கை) இப்படி வஜ்ஜோலியப்பியாசம் சித்தித்தபின், அதன் உத்தராசாதனத்தைக் கூறுகின்றார்.

தான் சிறு நீர்விடுங்காலத்து அதை வாயுவினால் பலமாக மேலே இழுத்துக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விடவேண்டும். மறுபடியும் குரு உபதேசித்தபடி மேலிழுக்கவேண்டும். இப்படி ஆறுமாதம் பிரதிதினமும் அப்பியசித்தால் மகாசித்தியைத் தராநின்ற விந்துசித்தியுண்டாகும். தூறுபெண்களோடு கூடினும் விந்து நசியாதென்பதாம்.

நாஸீஹமெ வதஜி^வஓடி^வ ஸ்ஜோஸெ நொய்யு^வ ஸாஹ
ரெசு || || அக்ஷ^வ ||

(இ-ள்) இரதிகாலத்தில் ஸ்திரீயின் யோனியில் விழும் விந்
துவை விழுவதற்கு முன்னமே வஜ்ஜோலிமுத்திரையி னப்பியா
சத்தால் மேலே இழுக்கவேண்டும். எ-று. (அக்ஷ^வ)

(அ-கை) விழுவதற்குமுன் விந்து இழுக்கப்படாவிடின,
விழுந்தபின் அதை யிழுக்கவேண்டுமெனக் கூறுகின்றார்.

வலிதஃவநிஜஃஸிநு^வ ஸ்ஜோஸெ நொய்யு^வ ஸாஹ^வ ரெசு ||

(இ-ள்) ஸ்திரீயின் யோனியில் விழுந்த தனது சுக்கிலத்
தையும் மேலே இழுத்து இரகழிக்க(வைக்க)வேண்டும். எ-று.

சகாரத்தால்(உம்மையால்)விந்துவோடு ஸ்திரீயின் இரஜசை
இழுத்தலும் கொள்ளப்படும். (அஎ)

(அ-கை) வஜ்ஜோலியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

வனவஃஸஃரகஷயெஜி^வஓடி^வ ஸ்ஜோஸெ நொய்யு^வ ஸாஹ^வ ரெசு ||
ஸ்ரணஃஸிநு^வ வாதெ நஜீவநஃஸிநு^வ யாரணாசு || அஅ ||

(இ-ள்) இப்படி விந்துவை எவன் இரகழிக்கிறானோ, அப்படி
ப்பட்ட யோகவிந்து(யோகமுணர்ந்தவன்) மிருத்தியுவை ஜயிக்
கிறான். விந்துநீக்கத்தால் மாணமும், விந்துதாரணத்தால் ஜீவ
னமும் உண்டாகின்றமையால், விந்துவை இரட்சிக்கவேண்
டும். எ-று. (அஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸஃமஃயொயொயிநொடிஹஜாயதெயிநு^வ யா
ரணாசு^வ யாவஜி^வஓடி^வ ஸ்ஜோஸெ நொய்யு^வ ஸாஹ^வ ரெசு ||
கஃதஃ || || அக்ஷ^வ ||

(இ-ள்) வஜ்ஜோலியப்பியாசிகளாகிய யோகிகளது தேசத்

தில் விந்துதாரணத்தினால் சுகந்தமுண்டாகின்றது. எவ்வளவுகாலம் தேகத்தில் விந்து நிலைத்திருக்கின்றதோ, அவ்வளவுகாலம் வரையில் மிருத்தியுபயமேது. இல்லையென்றபடி. எ-று (அக)

(அ-கை) இதுவுமது.

விதாயதூந்யுணாஸாஹுஸாஹுதாயதூவஜீவிதா
தஸாஹுஸாஹுநஸெவாஷணீயஸ்யதூகஃ ||கூய||

(இ-ள்) புருஷர்களின் சக்கிலம் (சித்தம் அசைந்தால் அசைகின்றது. சித்தம் நிலைத்தால் நிலைக்கின்றதாகலின்) சித்தத்தின் ஆதினமாம். (சக்கிலம் நிலைத்தலால் ஜீவனமும், சக்கிலம் நஷ்டமாதலால் மரணமுமுண்டாகின்றதாகலின்) ஜீவனம் சக்கிலாதீனமாம். ஆதலால் சக்கிலத்தையும் மனதையும் பிரயத்தினத்தால் இரகிக்கவேண்டும். அதாவது அவசியம் இரகிக்கவேண்டுமென்பதாம். எ-று. (கூய)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஃதஃத்யாரஜோவ்யவாநிஜஃவிந்யஃவாஷபெசு||

(இ-ள்) இப்படி (முற்கூறிய அப்பியாசத்தால்) இருதுஸ்நானஞ்செய்த ஸ்திரீயின் இரோதசையும் தனது சக்கிலத்தையும் இரட்சிக்க (இழுக்க) வேண்டும். எ-று. (கூடு, உ)

(அ-கை) முற்கூறிய அப்பியாசத்தைக் காட்டுகின்றார்.

வெஸுணாகஷப்யெடிஷ்யபூஸ்யமஹாஸயொம
விசு || ||கூக||

(இ-ள்) யோகசாதனமாயிருக்கின்ற வஜ்ஜோலியப்பியாசத்தையறியும் அப்பியாசயோகவித்தானவன், குஹ்யே (உபஸ்தே) ந்திரியத்தால் இரஜசையும் விந்துவையும் நன்றாய் மேலிழுக்க வேண்டும். (கூக)

சுகஜோலி.

(அ-கை) சுகஜோலி அம்ரோலியிரண்டையும் சொல்சைக்க

ருதி, அவை வஜ்ஜோலியின் விசேஷ(பேத)மாமென்பதையும், ச
கஜோலியையும் கூறுகின்றார்.

ஸஹஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி
தஃ ஜமெஷ-ஹஸூநிக்ஷிவ்யஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி ||கூஉ||

(இ-ள்) சகஜோலியும் அமரோலியும் ஒரே பலமுடையனவாயிருத்தலால், அவை வஜ்ஜோலியின் பேதமாம். கோமயத்தை எரித்தலாலுண்டாகும் நல்ல விபூதியை ஜலத்திற் போட்டு (ஜலத்தாற் குழைத்து), எ-று. (கூஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி
மமெஷதஃ | சூலீ நயொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி
வாரயொலிஸூரொலி ||கூங||

(இ-ள்) வஜ்ஜோலிமுத்திரையின் பொருட்டு புணர்ச்சி செய்தபின், க்ஷண (இரதிபுற்சவ)த்தினின்றும் நீக்கிய வியாபாரமுடைய (இரதிக்கிரியையில்லாத)வர்களாய், ஆநந்தமாக உட்கார்ந்திருக்கும் ஸ்திரீபுருஷர்களிருவரும் சோபனமாகிய (சிரசு, நெற்றி, நேத்திரம், ஹிருதயம், தோள், கையென்னும்) அங்கங்களில் பூசிக்கொள்ள வேண்டும். எ-று. (கூங)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸஹஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி
தஃ | சூலீ நயொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி வஜ்ஜொலிஸூரொலி
வாரயொலிஸூரொலி ||கூச||

(இ-ள்) இக்கிரியை சகஜோலி யென்று சொல்லப்படுகின்றது. இது எப்போதும் யோகிகளால் சிரத்தையோடு செய்யத்தக்கதாம். சகத்தை (சிரோயை)த்தருவதாகிய இந்தச்சகஜோலியென்னும் யோகம் (உபாயம்) யோகத்தோடு கூடியதாயினும் முக்தியைத் தருவதாயிருக்கின்றது. எ-று. (கூச)

(அ-கை) இதுவுமது.

கயம்பொமஃ வண்ணுவதாஃ யீராணாஃ தகூஃ ஸிபு
நாஃ | நிபுதாராணாவியெயுத நதூஃ தார ஸாலி
நாஃ ||

|| ௧௯௫ ||

(இ-ள்) இந்த யோகம் புண்ணியவான்களும் தீர்க்களும்
(தேரீயமுடையவர்களும்) தத்துவதரிசி (உண்மையுணர்ந்தவர்)
களும் மற்சாமில்லாதவர்களுமாகிய புருஷர்களுக்குச் சித்திக்கு
ம். மற்சாமுடையவர்களுக்குச் சித்தியாது. எ-று.

மற்சாம்=அந்நியர்களது குணத்தைத் துவேஷித்தல் (௧௯௫)

அமரோலி.

(அ-கை) அமரோலியைக் கூறுகின்றார்.

விதேதாணகூதயோஃ வயாராவீ ஹாயநிஸா
நதயாஃ தயாரா | நிஷெயுதேஸீ தயுயாராகா
வாலிகெவணுதேதரோலீ ||

|| ௧௯௬ ||

(இ-ள்) பித்தம் மிகுதியாயிருத்தலால் முதல் அமிர்தநா
ரையையும் சாரமற்றதாயிருத்தலால் கடைசிதாரையையும் விட்
டு மத்தியதாரையானது சேவிக்கப்படுகின்றது. கண்டமென்னு
ம் யோகவிசேஷத்தை ஒப்பியிருக்கும் கண்ட மதத்திலுள்ள
கர்பாலிகத்தில் அதாவது கண்டகர்பாலிக சம்பிரதாயத்தில் அ
மரோலி பிரசித்தமாம். எ-று. (௧௯௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

கரீஃ யஃ விஷெநி துஃ நஸுஃ கவபுநுஜிநே நஜிநே |
வஜெராவீ ஸுஜெஸுதே மரோலீ திகயுதே || ௧௯௭ ||

(இ-ள்) அமரி * (சிவரம்பு) என்னும் அமரவாருணியை

* இதுவே திருமந்திரத்தில் அமுரி, சிவநீர் எனும்பெயரால் வழங்
கப்பட்டிருக்கின்றது.

எவன் தினமும் குடிக்கிறானோ, நசியம் செய்து (சுவாசத்தால் அமரியை மூக்கினுட்கொண்டு) தினந்தோறும் முற்கூறிய வஜ்ரோலியை யப்பியசிக்கிறானோ, அது அமரோலியென்று காபாலிகர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

நசியபூர்வகமாகிய வஜ்ரோலி அமரோலியென்னும் சத்தத்தால் சொல்லப்படுகின்றது என்பதுபொருள். காபாலிகர்களாலென்பது வருவிக்கப்பட்டது. (கூஎ)

(அ-கை) இதுவுமது

सुखोऽस्मात्प्राप्तं तदा तदा विष्णुः प्रोक्तवान् ॥
यस्यैवायं योऽपि तदा तदा विष्णुः प्रोक्तवान् ॥
यदेत ॥

||கூஅ||

(இ-ள்) அமரோலியப்பியாசத்தால் வெளிப்பட்ட சந்திராமீர்த்தத்தை விழுதியோடு சேர்த்து, சிரசு, கபாலம், நேத்திரம், தோள், கண்டம், இருதயம், கை முதலிய உத்தமாங்கங்களில் தரிக்கவேண்டும். அதனால் திவ்விய திருஷ்டி (பூதபவிஷ்ய வர்த்தமான காலங்களில் மறைக்கப்பட்டனவாய்த் தூரத்திலுள்ள பதார்த்தங்களைக் காணத்தக்க திருஷ்டி) மிகுதியாக உண்டாகின்றது. எ-று.

அமரியை அப்பியசிக்குந் தன்மையாகிய விசேஷங்கள் சிவாம்புகற்பமுதலியவற்றால் அறியத்தக்கனவாம். (கூஅ)

(அ-கை) புருஷனது வஜ்ரோலி சாதனத்தைக் கூறி ஸ்திரீயின் சாதனத்தைக் கூறுகின்றார்.

यस्यैवायं योऽपि तदा तदा विष्णुः प्रोक्तवान् ॥
यस्यैवायं योऽपि तदा तदा विष्णुः प्रोक्तवान् ॥
यदेत ॥

||கூக||

(இ-ள்) ஸ்திரீயானவள் செவ்வையாய் அப்பியசிக்கும் தே

றதோ, அப்போது யோகியெனப்படுகின்றான். விந்து சந்திர
மயமாகவும் இரஜசு சூரியமயமாகவும் சொல்லப்படுகின்றது.
இவ்விரண்டின் சேர்க்கையினாலேயே பாம்பதமுண்டாகின்ற
து. விந்துவானது சுவர்க்கம், மோகூதம், தர்மம், அதர்மம் எ
ன்பவற்றைத் தருவதாம். அதன்மத்தியில் சகலதேவதைகளு
ம் சூட்சுமவடிவமாக இருக்கின்றார்கள்” என்று சொல்லப்பட்டி
ருக்கின்றது. (க00)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸஸிந்-ஸூஜ ஜெஸெஸுவவாசீஹகுபஸுபெஹமள | வ
ஜெராயுஹ்யாஸயொமெந ஸவபுஸிபிஃ ப்ரபஹு கஃ ||

(இ-ள்) அந்தப்புருஷனது விந்துவும் ஸ்திரீயின் சோ
ணிதமும் வஜ்ஜோலியப்பியாசத்தால் ஒன்றுகித் தேகத்திலிருந்
துகொண்டு சகலசித்திகளையும் தருகின்றன. எ-று. (க0க)

(அ-கை) இதுவுமது.

ரகெஷ்டிராகுஹநாடிஹுபுஹாரஜஃ ஸாஹியொபி
நீ ! சுதீதாநாமதஃவெதி வெஹரீஹவெபு-ஹ ||

(இ-ள்) எந்தஸ்திரீயானவள் யோனியைச் சுருக்குதலால்
இரஜசை (சோணிதத்தை) மேற்கொண்டுபோய் இரட்சிக்கிறா
ளோ, அந்த யோகசாஸ்திரப்பிரசித்தமாகிய யோகினியானவள்
சென்றதும் வருவதும் அறிவாள். நிச்சயமாகவே ஆகாயத்தி
ல் சஞ்சரிப்பவளாவள். எ-று. (க0உ)

(அ-கை) இதுவுமது.

பெஹஸிபிஹுஹஜெஹவஜெராயுஹ்யாஸயொமதஃ |
சுபஹ-ஹுசுரொயொமொ ஹொமெஹ-ஹெதவிஃ-
திஃ ||

|| க0ங ||

(இ-ள்) வஜ்ஜோலியப்பியாசமாகிய யோகத்தால் (ரூபலா வண்ணியம், பலம், வஜ்ஜத்தைப்பொடித்தல் என்னும்) தேகசித் தியையடைகிறார்கள். இந்த வஜ்ஜோலியப்பியாச யோகம் அதி ருஷ்டவிசேஷமாகிய புண்ணியத்தை யுண்டாக்குவதாயும், போ கங்களைப் புசித்துக் கொண்டிருக்க மோகூதத்தைத்தருவதாயுமி ருக்கின்றது. எ-று. (க0௩)

(அ-கை) சக்திசாலனத்தைச் சொல்லக்கருதி, அதன் உ போற்காதத்தன்மையால் குண்டலியின் பரியாயங்கனையும், அ தனால் மோகூதத்துவாரத்தைப் பேதித்தல் முதலியவற்றையும் கூறுகின்றார்.

கூடிவாஃகீகூஃவலிநீ ஹஃஜஃபீஸக்திரீஸரீ ! கூணு
யுரஃயதீவெவெதஸஸூஃவரூயவாஃகாஃ || க0௪ ||

(இ-ள்). குடிவாங்கி, குண்டலினி, புஜங்கி, சக்தி, ஈசவ ரி, குண்டலி, அருந்ததி என்னும் இவ்வேழும் பரியாயச்சொற் களாம். எ-று. (க0௪)

(அ-கை). இதுவுமது.

உஃபாட்யெதவாடஃதஃபயாகூஃவிகயாஹாஃ |
கூணுலிந்யாதயாபொஃரோகூதாரஃவிவெவெயெஃ ||

(இ-ள்). எப்படிப் புருஷன் ஹடத்தால் (பலத்தினால்) திற வுகோற்கொண்டு கதவைத் திறக்கிறானோ, அதுபோல யோகி யானவன் ஹடத்தால் (ஹடாப்பியாசத்தால்) குண்டலிசக்தியை க்கொண்டு மோகூதத்துவார (மோகூதத்தையடைவிக்கும் சுழுமு னைமார்க்க)த்தை விசேஷமாகப் பேதிக்கிறான். எ-று.

ஹடத்தாலென்பது (§) தேகலீதீபநியாயத்தால் இரண்டி

* தேஹலீதீபநியாயமென்பது தாழ்வாரத்திலுள்ள தீபதிருஷ்டா ந்தமென்பதாம். அதாவது தாழ்வாரத்தில் வைக்கப்பட்ட தீபம் உள் ளும் வெளியுமாகிய இரண்டிடத்தையும் விளக்குதல்போல இங்கே மூல த்திலுள்ள ஹடமென்னும்சொல் திறவுகோற்கொண்டு, குண்டலிசக்தி யைக்கொண்டு என்னும் இரண்டிடத்தும் சம்பந்திக்கின்றது என்பது பொருள்.

டத்தும்பொருந்தும். “தயொஃபுராய நரீ தகுவெதி - அதன
ல் மேற்சென்று ஆமிர்த்தன்மையை யடைகிறான்” என்னும் சு
ருதியால் மோகூதத்துவார்த்தைப் பேதிக்கிறான் எனப்பட்டது.

(அ-கை). இதுவுமது.

யெ நரீமெபுணமௌ தவ்யௌஹஸ்ய நௌநிராபீயௌ |
ரீவெநாஹாபீ தஜாரௌஸவ்வாவரௌஸ் || ௧௦௬ ||

(இ-ள்). நிராமயபிரமஸ்தான (ரோகஜந்தியதுக்கமில்லாத
பிரமத்தின் ஆவிர்ப்பாவத்தை யுண்டாக்குமிட)மாகிய பிரமரந்தி
ரம் எந்தச் சுழுமுனைமார்க்கத்தால் அடையப்படுகின்றதோ, அந்
த மார்க்கத்தின் துவாரத்தை முகத்தால் முடிக்கொண்டு பா
மேசுவரியென்னும் குண்டலினியானது தூங்குகின்றது. எ-று.

“தவ்யாஸ்ரிவாயாபீயெவரோதாவ்யவஸ்யி தஃ அதன்
சிகையின் மத்தியில் பரமாத்ருமா வீற்றிருக்கின்றார்” என்னும்
சுருதியால் பிரமரந்திரம் பிரமஸ்தானபாம். (௧௦௬)

(அ-கை). இதுவுமது.

கௌரேயபுௌணஸீஸகிஃ ஸவ்வாரௌகூராயபொ
பி நாரிஸைய நாயவரீவா நார யஸாரௌவீதிஸயொம
விச || || ௧௦௭ ||

(இ-ள்) குண்டலிசக்தி, கந்தத்தின் மேற்பாகத்தில் யோகி
களுக்கு மோகூதத்தின்பொருட்டும், மூடர்களுக்குப் பந்தத்தின்
பொருட்டுமாகத் தூங்குகின்றது. சகலயோகதந்திரங்களுக்கு
ம் குண்டலிசக்தி ஆசிரமாயிருத்தலால், அக்குண்டலிசக்தியை
எவன் அறிகிறானோ, அவன் யோகவித்தாவன். எ-று

யோகிகள் தூங்குமக்குண்டலியை விழிப்பித்தலால் முத்
தர்களாகின்றார்கள். மூடர்கள் அதையறியாமல் பெத் தர்களா
யிருக்கிறார்களென்பது தாற்பரியம். (௧௦௭)

(அ.கை) இதுவுமது.

கண்ணுலீகாபிதாசாரா ஸவபுவதரிசீதிதா |
ஸாஸகிதாவிதாயெநஸய-தொ நாதஸஸய: ||

* குண்டலிசக்தி பாம்பைப்போல குடில (வளைந்த) வடிவ முள்ளதென்று யோசிகளால் சொல்லப்படுகின்றது. அக்குண்டலிசக்தி எந்தப்புருடனால் சாலனஞ்செய்ய (மூலாதாரத்தினின்றும் மேலே கொண்டுவர)ப்படுகின்றதோ, அவன் முக்த (அஞ்ஞான பந்தத்தினின்றும் நீங்கியவ)னாகின்றான். இதிற்சமுசய மில்லை. ("தயொய்யுரோயநரீ தகுவெகி||அதனால் மேற்சென்று அமிர்தத்தன்மையடைகிறான்" என்னும் சுருதியால்.) க0அ

(அ-கை) இதுவுமது.

மஹாயஜுநயொஜ்யெவாநாணாதவஹிநீ |
வநாதாரெணயுஹீபா ததிஷ்வா:வரஜேவஜ0 ||

(இ-ள்) (ஆகார ஆதேயத்தன்மையாக அவற்றைப்பாவித்தலாலாவது, அல்லது கங்கையமுனைகளை அபேதமாகப்பாவித்தலாலாவது) கங்கையமுனை யென்னும் இடைபிங்கலைகளின் மத்தியாகிய சுமுமுனைமார்க்கத்தில் (உண்டியில்லாதிருந்தலால்) தபசுடையவளாகிய பாலரண்டா (இளமையாகிய சீர்கேடுள்ளவள்) என்னும் குண்டலியைப்பலாத்காரமாகக் கிரகிக்கவேண்டும். அது (அதைக் கங்கையமுனைகளின் மத்தியில் கிரகித்தல்) விஷ்ணுவின் (ஹரியின் அல்லது வியாபகமாகிய ஆக்துமாவின்) பரமபதமா (பரமபதத்தையடைப்பதா)ம். எ-று. (க0க)

* கந்தத்திற்குமேல் குண்டலிசக்தியானது அஷ்டப்பிரகிருதிவடிவாய் எட்டுமுறை குண்டலவடிவமாய்ப் பிரமத்துவாரத்தில் முகத்தை வைத்து மூடிக்கொண்டு தூங்குகிறதென்று சாண்டில்யம் யோசுடாமணிமுதலிய உபநிஷத்துக்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதை வாசிஷ்டத்தின் சூடாலகதையில் விரிவாய்க் காணலாம்.

655

(552)

உளபூர்விகவிநா துந்தவிஷாரம் உதாரம் மருமஃ
 பூரணமயவருமெனா கருவெஷிதாரவரகுணம்

நாபி இலிங்கங்களின் மத்தியில் என்றதனால் கந்தகத்தின் ஸ்தானம் சொல்லப்பட்டது. அப்படியே கோரக்கசுதகத்தில் உளயூழ்வொருவாராயனா நாமெஃகொடியோ நிஃவமாணுவக் | தரு நா யுஃஸுதௌநாஃஸஹஸ்ராணாம் சிலஸவக் || இலிங்கத்திற்குமேலும் நாபிக்குக் கீழுமாகிய இடத்தில் பட்சியின் முட்டையைப் போல கந்தையோனியிருக்கின்றது. அதில் எழுபத்திராயிரம் நாடிகள் உண்டாயிருக்கின்றன” என்றும், யாஞ்ஞவல்கியரால் “ம-
 ராது-சி-ம-ரா-உய்யு-பு-ஒ-அ-து-சி-ம-ரா-யு- | றெ-
 ஹ-யு-த-நா-யு-ந-ரா-நா-தி-ரி-த- || கூ-டி-யு-ந-
 -ஷ-ரா-ணாம் றெ-ஹ-யு-ந-வா-ம- || வ-த-ர-ம-வி-
 லா-ர-பா-யா-ம-வ-த-யா-வி-ய- || சு-ணா-க-தி-வ-ர-கா-ர-ம-
 வி-த-வ-க-மா-தி- || வ-த-ஷ-ரா-நி-ர-பா-வ-சி-ஜா-நா-
 -யு-ம- || * குதத்திற்கு இரண்டங்குலம்மேலும் இலிங்கத்தி

ற்கு இரண்டங்குலம் கீழுமாகிய தேகத்தின் மத்தியானது சரீர
கடுவாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. கந்தஸ்தானம், மனிதர்
களுக்குத் தேகமத்திய(மூலாதார) த்தினின்றும் ஒன்பதங்குல
ம் மேல், நான்கு அங்குலமகலமுநீளமு முள்ளதாய், முட்டை
போன்ற வடிவுடையதாய்த் துவக்கு(தோல்)முதலியவற்றால் அ
லங்கரிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. நாற்காலிகளுக்குந் திரியக்குகளு
க்கும் பட்சிகளுக்கும் வயிற்றின் நடுவிருக்கும்” என்று சொ
ல்லப்பட்டிருக்கின்றது. குதத்திற்கிரண்டங்குலத்திற்கு மே
ல் தேகமத்தியபாகம், ஒரு அங்குலம். அதிலிருந்து ஒன்பதங்
குலம் கந்தஸ்தானமாம். ஆகப்பன்னிரண்டங்குலப் பிரமா
ணம். அதாவது ஒருசாண்மாத்நிரமாயிற்று. விஸ்தாரமென்
பது உயரத்திற்கும் உபலக்ஷணமாம். (க கங)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸதிவஜ்ஜரஸநெநவாடிளகராஹ்யாரபெஜ்யம் ।
மஹஜெஸஸதீவெவ கநுததபூவீயபெசு ||ககச||

(இ-ள்) வஜ்ஜிராசனம் சேர்த்து இரண்டுநைககளாலும் காற்
பரடுகளுக்குச் சமீபத்தில் அதாவது கொஞ்சம் மேல் இரண்டு பா
தங்களையும் திடமாய்ப்பிடித்து, அவ்விரண்டு பாதங்களாலும் அந்
தக்கந்தஸ்தானத்திலுள்ள கந்தத்தைச் செவ்வையாய்ப் பிடிக்க
வேண்டும். (காற்பரட்டிற்குமேல் இரண்டுநைககளாலும் இரண்
டுபாதங்களையும் பிடித்து நாபியின் கீழ்ப்பாகத்திலுள்ள கந்த
த்தைப் பிடிக்கவேண்டுமென்பது பொருள்.)எ-று. (க கச)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஜ்ஜரஸநெநவூதொபாதி வரயிக்ஷாஹகணுமீ ।
கஹபூரஹநதரஹஸூரகணுமீரோஸஹவொயபெசு ||

(இ-ள்) வஜ்ஜிராசனத்திலிருக்கும்போது குண்டலினைச்
சரலனஞ்செய்து (சக்திசரலன முத்தினை பைச்செய்து), அதன்

பின் (சக்திசாலனஞ்செய்தபின்) பஸ்திரையென்னும் சும்பகஞ் செய்யவேண்டும். இப்படிச் குண்டலிசக்தியைச் சீக்கிரம் விழிப்பிக்கவேண்டும். எ-று.

வஜ்ஜிராசனம் சக்திசாலனத்திற்கு முன் விதிக்கப்பட்டிருக்கினும் மறுபடியும் அதனையே கூறுதல், சக்திசாலனத்திற்குப் பின் பஸ்திரையில் வஜ்ஜிராசனமே செய்யவேண்டும் என்னும் நியமத்தின் பொருட்டாம்- (கக௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹாநொராகுஹ நாகுயபுர துணு ஹராய பெ
துதஃ 132 துஹுமதஸுரவி தஸுரீ 32 துஹுயாகு
தஃ || || கக௬ ||

(இ-ள்) நாபிதேசத்திலுள்ள சூரியனை யிழுத்தல் செய்ய வேண்டும். அதாவது நாபியை இழுத்தலினாலேயே சூரியனை யிழுத்தலுண்டாகின்றது. அதனால் (சூரியனை இழுத்தலால்) குண்டலிசக்தியைச் சாலனஞ்செய்யவேண்டும். இப்படிச்செய்ய்வன் காலன்வாயில் அகப்பட்டவனாயினும் அவனுக்குக் காலபயமேது? எவ்விதத்தினாலுமில்லை. எ-று. (கக௭)

(அ-கை) இதுவுமது.

3-ஹுத துபயபயபுர நிகுயபுர நாகுயபுர
உளபுரோகுஷுதெகினுரி துஷுதோயாரஸு3-ஹுதா ||

(இ-ள்) இரண்டு முகூர்த்தம் வரையில் (நான்கு கழிகை வரையில்) சங்கையில்லாமல் (நிர்ப்பயமாய்ச்) சாலனஞ் செய்தலால், இந்தச் சக்தி சுழுமுனையில் பொருந்தியதாய்க் கொஞ்சம் மேலே இழுக்கப்படுகின்றது. எ-று. (கக௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

தெ நகுணுநீ தஸுரஃ ஸுஷுதோயாரஸுபு
வபு 1 ஜஹாதி தஸுராகுஷுதெகினுரி துஷுதோயாரஸு
கிஸுதஃ || || கக௮ ||

(இ-ள்) அதனால் (மேலிழுத்தலால்) குண்டலி, அந்தப் பிரசித்தமாகிய சுழுமுனையின் முகத்தை (பிரவேசமார்க்கத்தை) நிச்சயமாக விடுகின்றது. அதனால் (மார்க்கத்தை விடுதலால்) அந்தப் பிராணவாயு தானே சுழுமுனையை யடைகின்றது. எ-று.

குண்டலினி சுழுமுனைமுகத்தினின்றும் முன்னமே விலகியிருத்தலால் பிராணன் சுழிமுனையை யடைகின்றதென்பது தாற்பரியம். (ககஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

தஸா⁸ தஸா⁸யு⁸யெ⁸ஹி⁸ த⁸ஸா⁸ வஸ-வஸ-வஸா⁸ ரி⁸ஸா⁸ய⁸
கீ⁸ஸா⁸ | தஸா⁸ ரி⁸ஸா⁸யு⁸யெ⁸ஹி⁸ த⁸ஸா⁸ வஸ-வஸ-வஸா⁸ ரி⁸ஸா⁸ய⁸
வஸ-வஸ-வஸா⁸ ரி⁸ஸா⁸ய⁸ | || ககக ||

(இ-ள்) (அதனால் சக்திசாலனத்தால் பிராணன் சுழுமுனையை யடைகின்றதோ) அதனால் சுகமாய்த்தூங்கும் அருந்ததிமென்னும் சக்தியைத் தினந்தோறும் செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்யவேண்டும். அந்தச் சக்தியைச் செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்தவினாலேயே யோகி, காசம்சுவாசம்காமுதலிய ரோகங்களினின்றும் விடுபடுகிறான். எ-று. (ககக)

(அ-கை) இதுவுமது.

பெ⁸ நஸ⁸ஹா⁸லி⁸ தா⁸ஸ⁸கீ⁸ஸா⁸ வஸ-வஸ-வஸா⁸ ரி⁸ஸா⁸ய⁸ ||
கி⁸ஸா⁸ த⁸ஸா⁸ வஸ-வஸ-வஸா⁸ ரி⁸ஸா⁸ய⁸ || கௌ ||

(இ-ள்) எந்த யோகியால் குண்டலிசக்தி செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்யப்பட்டதோ, அந்த யோகி அணிமாதிசித்திகளுக்கும் பாத்திரனாகிறான். இதில் அதிகமாய்ச் சொல்லுவதிகனால் என்? ஒன்றுமில்லை. காலனை விளைபாட்டாகவே (அநாயாசமாகவே) ஜயிக்கிறான். எ-று. (கௌ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஸ-வஸ-வஸா⁸ ரி⁸ஸா⁸ய⁸ த⁸ஸா⁸ வஸ-வஸ-வஸா⁸ ரி⁸ஸா⁸ய⁸ ||

சிஷ்யோ உபஸ்யதெவமிதிஃ கண்ணுஷ்யாஷ்யொயாமிநஃ ।

(இ-ள்) சுரோத்திரமுதவியவற்றோடு உபஸ்தேந்திரியத் தையும் அடக்குதலில் தற்பானும், ஹிதமும் (பத்தியமும்) மிதமு (நான்காவது பாகம் நீங்கியது) மான போஜனமுள்ளவனு மாகிய குண்டலியப்பியாச (சக்திசாலனாப்பியாச) முடைய யோ கிக்கு ஒருமண்டல (நாற்பது தின) த்திற்குமேல் பிராணாயாம சித்தி காணப்படுகின்றது. எ-று.

“நாலாடி க்ஷிணரீமபு வாஹிவவநாஸி பூரணோததி ஶீவீபக்யத ஸூத்ராஷ்ட்வரிவகுரிதாப்யததநபு பூரணபி காயாஸுதஃ । மிக்ஷாகாகாவீஸரவநிவஸமம் ஹுமராய தாபீமதம் ததாபாகா-தெவ-நதபுவதநம் மிஹப்ய- வஸஸ்யவஸி || நாகியின் வலதுமார்க்கமாகச் செல்லும் வாயுவா ல் பிராணன் மிக நீட்டப்பட்டதாகின்றது. சரீரம் உண்ணா கிற்குமேலுள்ள சந்திரப்பிரபையினால் பூரிக்கப்பட்ட அமிர்தத் தையுடையதாகின்றது. அதனால் காலனது விசாலமாகிய அ க்கினியின் வசமாயிருப்பதைச் சேதித்து, அச்சரீரத்தைப் பிர மரந்திர நாடியிலுள்ளதாகச் செய்து மறுபடியும் ஒன்பதுதரம் அடிமரத்தைப்போல் நிச்சயமாகவே சேதிக்கப்படுகின்றது” ()

(அ-கை) இதுவுமது.

கண்ணுஷீனுராயிக்ஷாதம் ஹஸ்யாஸ்யபூர திஸெஷ தஃ । வஸவஸிஷ்யதொநித்யம் யதிநொயஸிஷ்யக-தஃ ||

(இ-ள்) குண்டலியைச் சாலனம் செய்து, அதன்பின் ப ஸ்திநாயென்னும் கும்பகத்தை விசேஷமாகச் செய்யவேண்டு ம். இப்படித் தினந்தோறும் அப்பியாசித்தால் யோகிகளுக்கு இயமபயமேது? (யோகிகளுக்குத் தேகநீக்கம் சுவாதீனமாயிரு த்தலால், ஒரு விதத்தாலும் பயமிக்கை யென்பது தாற்பரிய ம்.) எ-று.

(அ-நை) இதுவும்தான்.

சிவசுந்தரி ஸ ஹஸாரணாம் நம: நமஸுஸாயகெ||
 கருகர்ப்புக்ஷாயகெ நாவாய: கருணயுஹஸ நம: ||

(இ-ள்) எழுபத்திராயிரம் நாடிகளின் மலத்தைச் சோதிக்க வேண்டுமாயின், அதற்குச் சக்திசாலனமாகிய குண்டலியப் பிபாசமின்றி வேறு சுத்திசெய்ய முடியாமேது? (வேறு உபாயமில்லை. சக்திசாலனத்தினாலேயே சகல நாடிகளுக்கும் மல சுத்தியுண்டாகின்றதென்பது சுருத்து.) எ-று. (கஉ௩)

(அ-கை) இதுவும்து.

உபதா-தீயுதா நாபு துபாஹ்யாஸெநபொயிநாபு
சுலநபுராண ஸஹாதி து-உராஹிஃ ஸாஹ்யாஹவெசு ।

(இ-ள்) இந்த மத்திமை நாடியாகிய சுழுமுனையானது யோகிகளுக்குத் திடாப்பியாசத்தாலும், சுவஸ்திகாதி ஆசனங்களாலும், பிராணாயாமத்தாலும் மகாமுத்திராமுதலீய முத்திரைகளாலும் சரளமுடையதாகின்றது. எ-று. (கஉச)

(உ-கை) இதுவுமது.

சுமொலெ துவிநிதிராணாம் நெநாயுக்காஸராயி
நா | ருதிராணீவாவராஜேநா ஹதிராஹிநிஹ்யதஹ
கி ||

(இ-ள்) சமாதியினால் அந்நியனிருத்தி நிரோதவடிவமாகிய ஏகாக்கிரத்தன்மையால் மனதை (அந்தக்கரணத்தை) தாண்டிச் செய்து, அப்பியாசத்தி (மனதை நிலைப்பிக்கும் முயற்சியில்) நித்திரையில்லாதவர்களுக்குச் சாம்பவிமுத்திரையாவது, அல்லது அந்நியமாகிய உன்மனிமுதலிய முத்திரைகளாவது பத்திரையாகிய (சுபமுள்ள) யோகசித்தியைத் தருகின்றன. எ-று.

இதனால் ஹடயோசத்திற்கு உபகாரமான இராஜயோகம்

சொல்லப்பட்டது. இங்கே நித்திரையென்னுஞ் சொல் ஆல
சியத்திற்கு உபலக்ஷணமாம். (கஉரு)

(அ-கை) இராஜயோகமில்லாவிடின், ஆசனமுதலியவை
வியர்த்தமாமென்பதை ஒன்பசாரிகச் சிலேடையாகக் கூறுகின்
றார்.

ராஜயோ மலிநாவ்யு ராஜயோ மலிநாநிஸா |
ராஜயோ மலிநாநிஸா விவித்ராவிநஸொஹதே ||

(இ-ள்) இராஜயோகமின்றிப் பிருதிவியென்னு மாசனமு
ம், இராஜயோகமின்றி நிசாவென்னுங் கும்பகமும், இராஜயோ
கமின்றி மகாமுத்திராமுதலிய முத்திரைகளும் வெவ்வேறுவி
தமுள்ளனவாயினும், அல்லது விலக்ஷணமுடையனவாயினும்
சோபிக்கமாட்டா. வேறுபகுதத்தில், (ஆளுவோனின்றிப் பூ
மியில் பற்பல உபத்திரவம் சம்பவித்தலால்) இராஜாவாகிய அ
ரசனது சம்பந்தமின்றிப் பூமி இரத்தினமுதலியவற்றை விளை
வித்தலால் விலக்ஷணமுடையதாயினும் சோபிக்காது. [‘ஸொ
கிரோட்யாகுஸ்யா ஹணாநாஃ ராஜா—சோமன் (சந்திரன்) பி
ராமணர்களாகிய எங்களுக்கு இராஜா’ வென்னும் சுருதியால்,]
இராஜாவாகிய சந்திரனது சம்பந்தமின்றி, நிசி (இராத்திரி) காக
நகூத்திரமுதலியவற்றால் விசித்திரமுடையதாயினும் சோபிக்
காது. இராஜனாகிய அரசனது சம்பந்தமின்றி இராஜர்களால்
பத்திரங்களில் செய்யப்படும் குறிவிசேஷமாகிய முத்திரை இ
ரேகைமுதலிய விசித்திரமுடையதாயினும் சோபிக்காது. எ-று.

அந்நிய விருத்திகளின் நிரோதபூர்வமாக ஆத்துமானைக்
கோசரிக்கின்ற தானையாகச்செல்லும் நிருவிகற்பகவிருத்தி, அ
ல்லது ‘ஹடயோகமின்றி இராஜயோகஞ்சித்தியா, தென்னுமிடத்
துக் குறிப்பிக்கப்பட்ட அதன் சாதனாப்பியாசம், இராஜயோக
மாம். பிருதிவி ஸ்திரத்தன்மையாகிய குணமுடையதாயிருத்த
லால், பிருதிவிசத்தத்தால் ஆசனம் குறிப்பிக்கப்படுகின்றது. இ

ஷ்டயோகப்பிரதிபிகை.

$$(52.8\pi)$$

காரணதஸ்யவியிம்ஸவபூமிகெநாபயதூம்ஸகிஹ்யெஸக் |
 காரத நகதபுவ்யாஸிகெநாவ்யதிகபூநீஷிணா || ௧௨௭ ||

(க 2௭)

உதிர்-உரடிஸவொகூகுழிநாயெ ஸம்-நா !
வனெககதாஸ-யி நாஃஹாலிபிவ ஞாயிநீ || கஉஅ

(524)

உவபேஸம்ஹிதே - ஞாணம் யோஜிதே தவம்வாபுராயி
கம் | வஸவநவஸூரிம-ர-ஸாஸீஸாசுநாஸீஸாநவநவஸம் ||

(இ-ன்) எவர் யோகிகளின் குருபரம்பனாயாகிய சம்பிரதாயத்தால் வந்த சாம்பிரதாயிகமாகிய மகாமுத்திநாமுதலியவற்றின் உபதேசத்தைத் தருகிறோர், அவரே ஸ்ரீகுரு (சகலகுரு

க்களுக்கும் சிரோஷ்டமானவர்); அவரோபிரபு; அவரோ * சாக்ஷாத் (பிரத்தியக்ஷ) ஈசுவரன் அதாவது அவரோ ஈசுவரரபின்னர். ஏ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

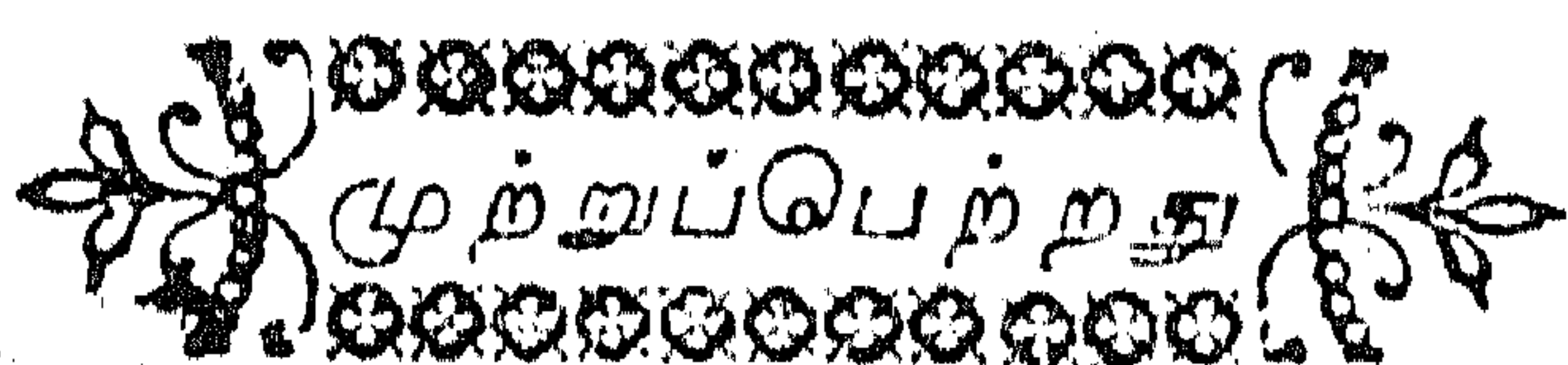
தஸ்யுவாக்யவரொஹஞ்சாரி-உராஹ்யலெஸஸரிஹி
தஃ | சுணரிதாஜ்'ம-வெணஃஸாஜ-பூஃஹமதெகாலவஃ
நஃ ||

|| கரு ||

(இ-ள்) அவரது (முத்திரைகளை யுபதேசிக்குங் குருவினது) வாக்கியத்தில் (ஆசனதும்பகமுதலிய அறுஷ்டான விஷயந்தையும், யுக்தஆகார விகார சேஷ்டைமுதலிய விஷயங்களையும் கூறும் வசனத்தில்) ஆகரவுடையவனாய் முத்திராப்பியாசத்தில் சாவதானமுள்ள புருஷன் அணிமாதிசித்திகளோடு காலனை வஞ்சித்தலையு மடைகிறான். ஏ-று. (கரு.)

* குருவே ஈசுவரனென்பது “குருவே பிரமா; குருவே விஷ்ணு; குருவே தேவனாகிய சிதாசிவன்; குருவைவிட மேலானதொன்று மூன்றாகத்தினுமில்லை. திவ்வியஞானத்தை யுபதேசிக்கும் தேசிகராகிய பரமேசுவரனை மேலான பக்தியோடு பூஜிக்கவேண்டும். அவனுக்கு (அப்படிப் பூஜிக்கின்றவனுக்கு) ஞானமாகிய பவமுண்டாம். எப்படிக்குருவோ அப்படியே ஈசுவரன்; எப்படி ஈசுவரனோ அப்படியே குரு; இவ்விருவருக்கும் பேதமில்லை. ஆகையால் குருவானவர் மகாபக்தியோடு பூஜிக்கத்தக்கவராவார். குருவோடு ஓரிடத்தும் அத்வைதவாதஞ் செய்யலாகாது. குரு தெய்வம் ஆத்மா என்பவற்றின் அத்வைதம் பக்தியால் பாவிக்கவேண்டும்” என்று யோகசிகோபநிஷத்தின் ஐந்தாவது அத்தியாயத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

மூன்றாம் உபதேசம்.



ஸ்ரீ கணேசாய நமः

நான்காம் உபதேசம்.

மங்கலாசரணம்.

(அ-கை) முதலாவது இரண்டாவது மூன்றாவதுபதேசங்களிற் சொல்லப்பட்ட ஆசனம் சும்பகம் முத்திரையென்பவற்றின் பலமாகிய இராஜயோகத்தைச் சொல்லக்கருதிய சுவாதுமாராமர், சிரேயசள்ளவைகள் வெகுவிக்கினமுடையனவாமென்னும் நியாயத்தால், விக்கினம் மிகுதியாகச் சம்பவித்தலால் அதன் நிவர்த்தியின்பொருட்டுச் சிவனுக்கபின்னமாகிய குருநமஸ்காவடிவமாகிய மங்கலத்தை ஆசரிக்கின்றார்.

நமஸ்காவடிவாய மஹாவேதா டிவிநாகரோ துதே । நிரா
ஜதேவதீபாகி நித்யாய தவராயணஃ ॥ ௧ ॥

(இ-ள்) சிவமா(சுகவடிவா)கிய அல்லது ஈசுவரார்பின்னமாகிய குருவிற்கு அல்லது சர்வாந்தரியாமித் தன்மையால் சகலஜகத்திற்கும் உபதேசிக்கும் சிவமென்னும் ஈசுவரானாகிய நாதபிந்துகலாசொருபமாகிய குருவிற்கு நமஸ்காரம். அவரி (நாதபிந்துகலாத் துமவடிவாகிய சிவமென்னும் குருவினி)டத்து ப் பிரதிதினமும் கவனமுள்ள புருஷன் நிரஞ்சன(அஞ்சனமென்னும் மாயோபாதியில்லாத)பதமாகிய பிரமத்தையடைகிறான். எ-று.

குரு ஈசுரார்பின்னர் என்பது “நமஸ்காவடிவாய மஹாவேதா டிவிநாகரோ துதே ॥ சிவமென்னும் குருவடிவாகிய பகவானே! நாதனே! உமக்கு நமஸ்காரம்” என்பதிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஈசுவரன் குருவென்பது பாதஞ்சலகுத்திரத்தில் “ஸவனஷ்வகு வெபூஷா டிவி மஹாஃ காவே நாதவ

வெஜிராஜ ! அந்த(சசுவரனாகிய) இவர் காலத்தினால் அவச்சேத
மாகா(கண்டிக்கப்படா)மையின் முன்சிருஷ்டிகளிலிருந்தவர்(பிர
மவிஷ்ணுமேஹசுவரர்)களுக்கும் குரு" வென்றுசொல்லப்பட்ட
பிருங்கின்றது. நாதமென்பது வெண்கலமணியடித்ததின் கலை
ரென்றுண்டாகும் பொதுச்சத்தம்போன்ற தொடர்ச்சியாகிய ச
த்தமாம். விந்துவாவது அநுஸ்வரத் (ஓ.என்ப)திற்குப்பி
ன் உண்டாகும் துவனி. கலையாவது நாதத்தின் ஏகமேதசம். 8நா
தபிந்துகலாத்துமவடிவாகிய சிவமென்னும் குருவினிடத்துள
ன்பதனால் நாதாநுசந்தான முடையவென்னப்பட்டது. பூர்வ
பாதத்தால் குருவிற்கும் சிவனுக்கும் ஆபேதம் குறிப்பிக்கப்பட
ட்டது. (க)

சுமர துக்கிரமம்.

(அ-ஐ) சமாதிக்கிரமத்தைப்பிரதிஞ்ஞைஞ்செய்கின்றார்.

செயலாநீன்பு வக்பூரீ ஸோயிக்ருவி சேதமே । திரு
குழைம்பொழுதுவாவாயன்பு ழாநந்குருவென ||௨||

(இ-ள்) இனி(ஆசனஞும்பக முத்திரைகளைச் சொன்னபி
ன்)இப்போது உத்தமமும், யிருத்தியுனைவக் கெடுப்பதும், சு
கோபாயமும், பரப்பிரமாநந்தத்தைத் தருவதுமாகிய பிரத்தியா
காரதிருப சமாதிக்கிரமத்தை நன்றாய்ப் பிரித்துக் கூறுகின்றே
ன். எ-று.

ஸ்ரீ ஆதிநாதராத் சொல்லப்பட்ட கோடிசமாதிக்கிரமங்க
ளில் உத்திருஷ்டமானதென்பார், உத்தமமென்றார். சுருவச்சை
வாகத் தேகத்தை விடுத்தன்மையைத் தருவதென்பார், மிருத்தி
யுனைக் கெடுப்பதென்றார். தத்துவஞானேதய மனோநாச வாச
னாகூதபங்களால் ஜீவன்முத்தி சுகத்தையடைதற்குச் சாதனமா
மென்பார், சுகோபாயமென்றார். பிராரப்தகர்மம் கூதயமாபூங்
கால் ஜீவப்பிரமங்களின் அபேதத்தால் அத்தியந்தபிரமாநந்தப்
பிராப்தியாகிய விதேகமுத்தியைத் தருவதென்பார், பரப்பிரமா
நந்தத்தைத் தருவதென்றார். அதில் சாந்த கோர முடமென்று

ம் சித்தத்தின் சகலவிருத்திகளும் சம்ஸ்காரத்துடன் சமாதியினை நிரோதமாகுங்கால், “ ஜீவநெவஹவிதாநு ஹஷ்டுஸொகாவ்யாரவிதே-யுதே || வித்துவான் இங்கே ஜீவனோடிருந்து கொண்டே ஹர்ஷசோக (சுகதுக்க)ங்களினின்றும் விடுபடுகிறான்” என்னும் சுருதியிற்கூறிய நிர்விகாரசொரூபத்தில் நிலைக்கும் வடிவினதாகிய ஜீவன்முக்தியுண்டாகின்றது.

பரமமுக்தியோ கிடைத்த போகத்தினந்தத்தில் அந்தக்கரணகுணங்களின் பிரளயத்தால் ஒளபாதிகரூப அத்தியந்தநிவர்த்தியில், அத்தியந்தசொரூபாவஸ்தானமா (சொரூபநிலையா)கிய பிரளயத்தால் சித்திக்கின்றது. எழுச்சியை (விழித்தலை)நிரோதிக்கும் சமாதிசம்ஸ்காரங்கள் மனதில் இலயமாகின்றன. மனம் அஸ்மிதையிலும், அஸ்மிதை மஹத்திலும், மஹத்து பிரதானத்திலுமாக இவ்வாறு சித்தகுணங்களின் பிரதிசர்க்கம் (தமதுகாரணத்திலொடுங்குதல்) உண்டாகின்றது.

அப்படியானால் ஜீவன்முக்தனுக்கு விழித்தகாலத்து ‘நான் பிராமணன்’ ‘சான்ரானிதன்’ என்னும் வியவகாரம் காணப்படுதலால், சித்தமுதலியவற்றால் ஒளபாதிகத்தன்மை யுண்டாதலால், புனியால் பாலிற்கு நழுவுதல் உண்டாதல்போல சொரூபத்திற்கு நழுவுதலுண்டாமெனின், அப்படியல்ல; சம்பிரஞ்ஞாதசமாதியி லுபவிக்கப்பட்ட ஆத்துமசம்ஸ்காரம் தாத்துவிக (யதார்த்த)மாமென்னும் நிச்சயமிருத்தலாலும், அகாத் துவிகமாகிய அந்தியதாபாவம் (வேற்றுத்தன்மை) அவிசாரித்துவ அப்பிரயோஜகமாயிருத்தலாலும், புனியால் பால் தயிராதல் தாத்துவிகமாமென்னும் திருஷ்டாந்தம் வேறுபடுதலாலும், புருஷனுக்கு அந்தக்கரண உபாதியையுடைய நான் பிராமணன் என்னும் வியவகாரம் ஸ்படிகத்திற்குச் செவ்வரத்தம்பூவின் சந்நிதானமாகிய உபாதி ஸடிவம்போல தாத்துவிகமன்று. செவ்வரத்தம்பூ நீங்கியகாலத்து ஸ்படிகத்திற்குச் சுவரூபஸ்திதி நழுவாதிருத்தல்போல புருஷனுக்கு அந்தக்கரணத்தின் சகலவிருத்திகளும் நிரோதமாகியகாலத்துச் சொரூபநிலை நழுவாமலே யிருக்கும்.

(அ-னக) இதுவும்து.

விவ்மெய ராஸமெதஃகூஃமெம விபூவிமெதஃகூர
மெணரவி । ப்ரப-ஜாயாஃகீஹாஸகூள ப்ராணஸூகு
மெதபூபீயமெத ॥

(இ-ள்) நாநாவித(மச்சேந்திரமுதலிய) ஆசனங்களாலும், நாநாவிதகும்பங்களாலும், (ஹட்சித்தியில் மிக்க உபயோகமுள்ள மகாமுத்திராமுதலிய)நாநாவிதகரணங்களாலும் குண்டலியென்னும் மகாசக்தி விழிக்குங்கால், பிராணவாயு சூனியமென்னும் பிரமரந்திரத்தில் ஒடுங்குகின்றது. எ-று.

“வீதிவெதுஃ || நாகாவித” என்பது (*) காகாகழிகோளந
நியாயத்தால் இரண்டிடத்தும் பொருந்துகின்றது. வியாபார
மில்லாமை பிராணனது பிரளயம் (ஒடுக்கம்). (ம)

(அ-நை) இதுவுமது.

உத நஸ கிவொயஸு கஞ்சநீஸெவககேடுணஃ ।
 யொழி நஸ ஹஜாவஸா ஸயகேவஸு ஜாயதெ ||கக||

(இ-ள்) குண்டலீசக்தியின் விழிப்புள்ளவனும், சகலகர்மங்களினின்றும் விடுபட்டவனுமாகிய யோகிக்குத் தூரியாவஸ்தையென்னும் சகஜாவஸ்தையாகிய ஜீவன்முக்தி தானே (பிரயத்தினமின்றியே) உண்டாகின்றது. எ-று.

ஆசனத்தால் காயிகவியாபார நீங்கும்போது, பிராமணத்
திரியங்களில் வியாபாரம் நிற்கின்றது. பிரத்தியாகார தாரண
தியான சம்பிரஞ்ஞாதசமாதிக்களால் மானசீகவியாபாரம் நீங்கு
ம்போது, புத்தியில் வியாபாரம் நிற்கின்றது. “ஸஸம்மாஹ”

* காகாஷிகோளகநியாயமென்பது காக்கைவிழி திருஷ்டாந்த
மாம். அதாவது காக்கைக்குள்ள ஒருவிழியே இருபக்கத்துக் கோளகை
களிலும் எந்தப்பக்கம் திரும்புகின்றதோ அந்தப்பக்கத்திற்குப் பார்வை
தருகின்றது. அதுபோல என்பதாம். *

யௌவநாஹி: | இப்புருஷன் அசங்கன்” என்னும் சுருதியால் பரிணாமமில்லாத சுத்தன், புருஷன். சத்துவகுண சுவரூபமாகிய பரிணாமமுடையது புத்தி. பாவைராக்கியத்தினாலேயாவது, நீண்டகாலத்துச் சம்பிரஞ்ஞாத சாமாதியப்பியாசத்தினாலேயாவது புத்தியின் வியாபாரம் நீங்குங்கால், நிர்விகார சுவரூபஸ்திதியுண்டாகின்றது. அதுவே சகஜாவஸ்தையென்னும் ஜீவன் முக்தியாம். “யெ நக்ஷஜவலி தத்ஜுஜெகிநிஃஸம்: வ ஸ்ரீயா ஹவெஸு || ஏதனாஸ் விநிக்ருயோ அதை விநிக என்னும் பிரஞ்ஞையால் நிஸ்ஸங்க(சங்கமில்லாதவ)னாகின்றான்” என்னும் சுருதியினால்.

(௧௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸௌஷ்டாஹாஹிநிபுரணே ஸௌநெடுவிஸாகிரோத
லெ | தரீரஸவபூணி கரீபூணி நிபேதயுகியோம
விஸ |

||௧௨||

(இ-ள்) பிராணவாயு சுழுமுனையாகிய மத்தியநாடியிற்செல்லுவதாகுங்கால், அந்தக்கரணம் சூனிய(தேசகாலவஸ்துபரிச்சேதமில்லாத பிரம)த்தில் பிரவேசிக்கின்றது. அப்போது (சித்தநிரோதமுள்ள)யோகவித்தானவன் பிராரத்தததோடு சகலகர்மங்களையும் நிர்மூலமாக்குகிறான். எ-று.

(௧௨)

(அ-கை) சமாதியப்பியாசத்தால் பிராரப்தகர்மத்தையும் ஜெயித்தலாற் காலனை வென்ற யோகிகளை நமஸ்கரிக்கின்றார்.

சுரீராய நரீஸௌஹி: ஸௌநெடுவிஸாகிரோத |
வகிதௌவநெயஸு ஜமநெதஜுராவரம் || ||௧௩||

(இ-ள்) சிஞ்சீவிகளாயிருக்கும் யோகிகளாகிய உங்களுக்கு நமஸ்காரம். இந்தச்சராசாமாகிய ஜகத்து எவனுடைய வாயில் விழுந்திருக்கிறதோ, அப்படிப்பட்ட நீக்கற்கரிய ஜகத்பக்ஷகனாகிய காலனும் உங்களால் ஜயிக்கப்பட்டிருக்கிறான். (இவ்வாக்கியம் நமஸ்கரித்ததற்கேதுவைக் கூறியதாம்) எ-று (௧௩)

(அ-கை) முற்கூறிய அமரோலிமுதலியவை சமாதிசித் தித்தாற்றான் சித்திக்குமென்று சமாதியை நிரூபித்தபின், சமா திசித்தியில் அவை சித்திக்கின்றனவெனக் கூறுகின்றார்.

விடுதலாகுவோவெநவாயளவு ஜகதியுடு | தரா
ரொலீவஜெரலீலஹஜெரலீபுஜாயதெ || கசு ||

(இ-ள்) அந்தக்கரணத்தில் சமத்தன்மை(தியானிக்கப்ப டு பொருள்வடிவமாகிய விருத்தியின் பிரவாகத்தன்மை)வாய்த் தகாலத்து வாயு சுழுமுனையிற் செல்லுகின்றது. (இது சித்த த்தின் சமத்தன்மையிலே துவாம்). அப்போது முற்கூறப்பட்ட அமரோலிவஜரோலிசகஜோலி என்பவையுண்டாகின்றன. எ-று

பிராணஜயமும் சித்தஜயமுமில்லாதவனுக்கு அவை(அம ரோலிமுதலியன)சித்தியாவென்பது தாற்பரியம். (கசு)

(அ-கை) ஹடாப்பியாச மின்றி ஞானமும் மோகூதமும் சித்தியாதெனக் கூறுகின்றார்.

ஜோநா க-தொநவலிஸம்மவ தீஹ தாவ து
ணொடவிஜீவகிநொரி யதெநயாவஸு | பூரணொ
நொடபரிஃவிருபந்தயெபெஜா ரொகூலஸமஹதிந
ரொநகூலஃவிநநு: || கரு ||

(இ-ள்) எதுவரையில் பிராணனும் இந்திரியங்களும் ஜீ வித்திருக்கின்றனவோ(இறக்கவில்லையோ), எதுவரையில் மனம் இறக்கவில்லையோ (ஜீவித்துக்கொண்டேயிருக்கிறதோ), அது வரையில் (சொருபமாக அவைகள்செடாதவரையில்) மனதில் (அந்தக்கரணத்தில்)ஞானம் (ஆத்துமாபரோட்சாநுபவம்) எப் படியுண்டாம். (பிராணேந்திரிய மனோவிருத்திகள் ஞானப்பிர திபந்தகமா யிருத்தலால் உண்டாகாதென்பது கருத்து.) பிரா ணன்மனமென்னு மிவ்விரண்டையும் எவன் விலயமாக்கு(கெ டுக்)கின்றானோ, அப்புருஷன் (ஆத்தியந்திக சொருபாவஸ்திதி

யாகிய) மோகூத்தை யடைகிறான். மற்றவன் (பிராணமனே
வயங்களில்லாதவன்) எவ்விதத்திலும் (அநேகமாயிரம் உபாய
ங்களைச் செய்கின்றும்) மோகூத்தை யடையான் என்பதுபொ
ருள். எ-று.

கூலி(உம்) என்னும் சொல்லால் இந்திரியங்கள் கொள்ள
ப்பட்டன. இங்கே இடைபிங்கலையாற் செல்லுதல் பிராணனது
ஜீவனமும், தத்தம் விஷயங்களைக் கிரகித்தல் இந்திரியங்களின்
ஜீவனமும், நாநாவிஷயாகாரவிருத்தியுண்டாதல் மனதின் ஜீவ
னமும், அவையவையில்லாதிருத்தல் அவ்வவற்றின் மரணமு
மாமென்பது சுருத்து. பிரமரந்திரத்தில் நிர்வியாபாரமாக நி
லேத்தல், பிராணனது இலயம். தியேயாகாரமாக (தியானிக்கப்
படுபொருள்வடிவமாக) ப் பிரவேசித்தலால் வேறு விஷயாகா
மாகாதிருத்தல், மனதின் இலயம். பிராணமேனூலயங்களுக் கந்
நியமான உபாயங்களால் அடையாநென்பது யோகபீஜத்தில்
“நாநாவிமெய விபூராரெவஹு நவாய்யுஜாயதெநிநஃ
தவூதவ்யுஜபஃபூராயஃபூரணஸ்யுஜபணவஹி”|| “நாநாநா
மெமஃஸவஃஸவஃபூராயம் கெவயுஃவாரஃவஃ | வி
பூரமெபுணயுஃத நாந்யூரஸிவஹாஷிதம்” “நாநாவித
விசாரம் (ஆராய்ச்சி)களால் மனம் சாதிக்கப்படுகிறதில்லை. ஆ
கையால் அதன்னாயம் பெரும்பாலும் பிராணஜயமேயாம்” என்
றும், “நாநாமார்க்கங்களால் ஏராளமான சுகதுக்கங்கள் உண்டாகி
ன்றன. கைவல்லியமாகிய பரமபதம் சித்த(யோச) மார்க்கத்
தால் அடையப்படும். வேறுவிதத்தால் அடையப்படாதென்
று சசுவாநுற் கூறப்பட்டிருக்கின்றது” என்றும் சொல்லப்பட்டி
ருக்கின்றது. இதனால் யோகமின்றி ஞானமும் மோகமும் சி
த்தியாதென்பது சித்தித்தது. சுருதிஸ்மிருதி இதிகாச புரா
ணதிகளிலும் இது பிரசித்தம். அஃதெப்படியெனின், ‘ஸயத
ஃஸுநாஹுஃவாயொயொமஃ || இனி அதன் ஆத்துமாவின்
தரிசனத்திற்கு உபாயம் (சாதனம்), யோகமாம்” என்பதும், ச

யுத்தியொமாயி மகெநெடிவங்கை யீரொ ஹஷ்டசொகளை
ஜஹாதி! அத்தியாத் துமயோகத்தை யடைதலால் தெய்வத்
தை(ஆத்துமாவை) யறிந்து, தீரன் இன்பத்துன்பங்களை நீக்குகி
றான்,, என்பதும்” “ஸூரியாக்ஷியுந்யொமாரடிவெடி || சிரத்
தைபத்தியானயோகங்களால் அறிவு” என்பதும், “யடாவம்
வாவதிஷ்டெ ஜோநாநிநிலாஸஹ | வஃசிஸ்ரு நவிவெ
ஷ்ட கதாரஹ-ஃவராராமகிம் | தார்பொழிதிநிந்யுகெ
வ்யிராதிபிரயாரணாம் || ஸுபரிதஸுதாரஹவதி || எப்போது
ந்துஞானேந்திரியங்களும் மனதோடு (ஆத்துமாவில்) நிலைக்கின்
றனவோ, புத்தியும் (தனதுவியாபாரத்தில்) சேஷிக்கிறதில்
லையோ, அந்த அவஸ்தையை யோகிகள் பரமகதியென்று கூ
றுவர். அதனை யோகமென்று மதிக்கின்றனர். எப்போது
ஸ்திரமாகிய இந்திரிய தாரணையில் பிரமாதமில்லாதவ னாகின்றா
னோ, அப்போது (யோகத்தில் பிரவிருத்தன்) ஆகின்றான்” எ
ன்பதும், “யடா துக்ஷ ந தஃஸுஹ தக்ஷண்டீவொவரெநெநஹ
யஃதுஃ புவஸ்யுஃ- எப்போது இங்கே யோகி ஆத்மதத்
துவமாக பிரமதத்துவத்தைத் தீபஉவமமாகக் காணுகின்றானோ”
என்பதும், “ஶஜ்ய-வஸவது தக்ஷவிபுஸ-ஃஜஃஸூர்வாபெ
வந்தி-வ்யுதெஸவதுவாரெஸஃ|| குறப்பில்லாததும் என்றுமுள்
ளதும் சகல தத்துவங்களினும் சுத்தமானதுமாகிய தெய்வத்
தை (ஆத்மாவை) யறிந்து சகல பாசங்களினின்றும் விடுபடுகி
றான்” என்பதும், “ஸுஹஸ்க்ஷாரஹஸ ஒதி துரஃதாரநம் யஃ
ஜீத|| அறிவாகிய பிரமத்தில் ஒமென்று ஆத்மாவாகிய உன்
னைத் தியானஞ் செய்வாயாக” என்பதும், திரஃஸுதஃஸூர்வ
ஸரிஸரீரஃ ஹுஜீந்திரணிநிலாஸஸூர்வெஸுஸுஹஸ-
வெநவதரெகவிதாநு ஸூரதாரஃஸிஸவதுரணி ஹயாவ
ஹாமி || (சிரசும் கழுத்தும் உடலுமாகிய) முன்றும் செவ்வை
யாய் நிமிர்ந்து சமச்சீரனாய், இதயத்தில் மனதோடு இந்திரியங்
களைப் பிரவேசிக்கச் செய்து, பிரமமென்னும் தெப்பத்தால் விந்

குடத்தை அறியாதது போல அயோகியானவன் அறியான்” என்பதுமாகிய இவைமுதலியன, ஸ்மிருதிகள். வியாசரால் மகாபாரதத்தில் யோகமார்க்கத்தில் கூறப்பட்டிருக்கும் “ஸவிவமபூரவக்யஷ்ட ஸூ-நாரீவாயபேகாங்குலிணீ | தாவபெயுதெநரோமெபுண மஹேதாஃவரோமதி | யபிவாலவபுயபேஜோயபிவாவபுக்யதீவ-ரோந | யபிவாயாபிபேகஃஸு மெஷாயபிவாவாவக்யதீஃ | யபிவாவ-ர-ஷவ்யாவெயாயபிவாவெஷ்வபிராரகஃ | நரஃஸெவ்யஃஹாதி-ஃவ ஜராரோணலாமர | ஸவிஜிஜோலாரோநாவிஸஸுஷஹாதிவத-பேக | தனது வர்க்கத்தினின்றும் நமூவினவனாயிருக்கினும், அல்லது தர்மத்தை விரும்பும்நாரியாயிருக்கினும், அவ்விருவரும் இந்த(யோக)மார்க்கத்தால் பாமகதியையடைவர். (அஃதில்லாத) காரணவன் சகலதரும்ங்களையும் அறிந்தவனாயிருக்கினும், அல்லது தர்ச்செய்தையுடையவனாயிருக்கினும், சிரேஷ்ட தர்மமுடையவனாயிருக்கினும் அல்லது மிகுந்தபாவியாயிருக்கினும், புருஷவியாக்கிரமாயிருக்கினும் அல்லது புருஷத்தன்மையில்லாதவனாயிருக்கினும், அவன்மகாதுக்கமாகிய ஜராமாணசாகரத்தை சேவிக்கத்தக்கவனாகின்றான். யோகத்தையறிய விரும்புகிறவனும் சப்தபிரமத்தை(வேதத்திற்கூறிய கர்மங்களை)க்கடக்கின்றான்”. என்பதும், “ய-ஃஜெஹவஸஸிதா தாநயொதீநிபதரோநஸஃ || ஸாந்திஃநிவபூணவரோஃஜெஹஸ்யாபிமஹதி | யதாஃபெயுஃபூவ்யுதெஸ்யாந || அடங்கியமனதையுடைய யோகியானவன் இப்படி எப்போதும் மனதைச் சமாதானமுடையதாகச்செய்து, (சம்சார நிவர்த்தியாகிய) சாந்தியென்னும் மேலான நிர்வாணமாகிய எனது நிலையையடைகிறான். எந்தஸ்தானம் (கைவல்லியம்) சாங்கியர் (நானவிஷ்டசந்தியாசி) களால் அடையப்படுகின்றதோ (அது யோகிகளாலும் அடையப்படுகின்றது). என்னும் பகவற்கீதையும், யொமா துஃஜாயதெஜோநா யொமொபேயுகுவிதகா |

யோகத்தினால் ஞானம் உண்டாகின்றது. யோகமென்பது என்னிடத்து ஒரே மனதாயிருத்தல்' என்னும் ஆதித்திய(சௌ) புராணவாக்கியமும், “சூத்ராநெநந-திஃ ஸ்யாததஹ்யொமர ஶ்யதெநஹி | ஸஹ்யொமஸ்திரம் கரஹிஷ்யாஸாரெவஹிஷ்ய தி || ஆத்மஞானத்தால் முத்தியுண்டாகின்றது. அதுவும் (ஞானமும்) யோகமின்றி யுண்டாகிறதில்லை. அந்தயோகமும் வெகுதூர அப்பியாசத்தினாலேயே சித்திக்கின்றது” என்னும் ஸ்கந்தபுராணவசனமும், “சுதஸ்வரஹ் வக்ஷ்யாதிஹ்யொமம் வரஶிஷ்யதேவம் | யெநாதாநஹ் வஸ்யந்திஹ் ந-திஹ்யெஸ்யம் | யொமாத்மிஷ்யதிக்ஷிபுரிஸெஷ்வாவவஹ்யம் | வஸஹ்யாபதெநாநம் ஶ்யாதாஹிவ-பாணஸ்யதிக்ஷி ||

இதற்குமேல் எதனால் சூரியனைப்போல ஆத்மாவாகிய ஈசுவரனைப் பார்க்கின்றார்களோ, அந்த மிகத்தூரஹ்மமாகிய யோகத்தைச் சொல்லுகிறேன். யோகாக்கினியானது சகல பாவக்கூட்டங்களையும் வினாவில் தகிக்கின்றது. அதனால் பிரஸன்னமாகிய ஞானம் உண்டாகின்றது. ஞானத்தினால் நிர்வாண (மோக்ஷ) த்தையடைகிறான், என்னும் கூர்மபுராண சிவவாக்கியமும், “தயோபதெததி ராந்யாஸ்யாஹிஷ்யதிக்ஷிபுரிஸெஷ்வாவவஹ்யம் | யெநாதாநஹ் வஸ்யந்திஹ் ந-திஹ்யெஸ்யம் | யொமாத்மிஷ்யதிக்ஷிபுரிஸெஷ்வாவவஹ்யம் | வஸஹ்யாபதெநாநம் ஶ்யாதாஹிவ-பாணஸ்யதிக்ஷி ||

(சுகம்) உண்டாகும்வண்ணம் முயற்சி செய்வக்கடவன். அது
வே (சுகமோ) யோகத்தினால் அடையப்படுகின்றது. வே
றொன்றினாலும் அடையப்படுகிறதில்லை. பவ(சம்சார) தாபத்தி
னால் தபிக்கின்றவர்களுக்கு யோகமே மேலாகிய ஒளஷதமாம்.
உலகவிஷயத்தில் வெறுப்புண்டாகியதும்பராவர(பரப்பிரம)த்தி
ல்பிரியமுள்ள துமாகிய புத்தி எவனுக்கிருக்கின்றதோ, அவனும்
யோகாக்கினியினால் சகல கிலேசக்கூட்டங்களும் தகிக்கப்பட்ட
வனாய் நித்தியமும் மேலான துமாகிய நிர்வாணத்தை யடைகிறா
ன். சம்சயமில்லை. யோகசித்தியைப் பூரணமாகப் பெற்றவ
னுக்கு ஆத்மதரிசனத்தைவிட வேறு காரியம் சிறிதும் தோற்
றுகிறதில்லை. அதனாலேயே சகலமும் செய்யப்பட்டதாகிற
து. ஆக்துமாராமனும் எப்போதும் பூர்ணனும் அத்தியந்த சுக
த்தை யடைந்தவனுமாவன். அதன்பின் பரமாதந்த மயனாகி
ய அவனுக்கு நிர்வேதம் (பிரியமின்மை) உண்டாம். (பரமாதந்
தவடிவமேயாகின்றமையின் எதிலும் பிரியமுண்டாகாதென்ப
து கருத்து.) தவத்தால் பாவிக்கப்பட்ட மனதையுடைய யோகி
களாகிய இந்திரியங்களை யடக்கிய மகாத்மமாக்கள், யோகத்தி
னாலேயே (சம்சாரமாகிய) மகாசமுத்திரத்தைக் கடக்கிறார்கள்”
என்னும் கருடபுராண வசனமும், “யஜ்ஞேயஸவபு மமுகா
நாஸூணாரிவபு-வகாராகபு | ஸவிகீடவதமாநாந்தஸு
ஸு யஸவாஸவ | உத்யு-தூகவிருபவபு-0 டெலெவபெபு
வலிபுவிவபு | யொமவவவாஸு-ஸுய ஸுஷாநிக்யு-த
வாநவ-ரா || எந்தச் சிரேயச(புண்ணியம்)-சகலபூதங்களுக்கு
ம், ஸ்திரீகளுக்கும், புழுவிட்டில்களுக்கும் உபகாரமுள்ளதாயி
ருக்கின்றதோ, அந்தமேலான சிரேயஸை எங்களுக்குச்சொல்
லுகவென்று முன்தேவர்களாலும் தேவரிஷிகளாலும் கேட்க
ப்பட்டவராகிய கபிலர், அவர்களுக்குயோகமே மேலான சிரேய
ஸென்று சொல்லியிருக்கின்றார் “என்னும் விஷ்ணுதர்மவாக்கிய

யோஜகத்துவமூமில்லை; ஞானத்தாலறியப்படுந்தன்மையாகிய அபரோட்சத்துவம் பிரத்தியட்சபரோட்ச விஷயமுடைமையாற் பிரயோஜகமாயிருத்தலால். இந்திரியஜந்ரியத்துவமோ இல்லை: மனதிற்கு இந்திரியத்துவ மில்லாமையினாலே சுகமுதலிய விஷயங்களில் விபபிசரித் (நியமந்தப்பு) தலால்.

அல்லது அபிவிருத்தசைதன்னியத்திற்கு அபின்னத்தன்மையாகத் தோற்றிக்கொண்டிருக்குந்தன்மை, விஷயத்தின் அபரோட்சத்துவமாம். அபிவிருத்தத்தன்மையும் ஆவரணநிவர்த்தியுடைமையாம். பரோட்சவிருத்திஸ்தலத்தில் ஆவரணநிவர்த்தியில்லாமையால் அதிவிபாத்தியில்லை. சர்ப்பமுதலிய பிராந்தியையுண்டாக்கும் தோஷமுடையவனுக்கு இது சர்ப்பமல்ல இரஜ்ஜுவாமென்னும் வாக்கியத்தாலுண்டாகும் விருத்தியோ ஆவரணத்தை நிவர்த்திக்கிறதில்லை. ஆகையால் அங்கே விஷயம் பரோட்சமே. வேதாந்தவாக்கியத்தாலுண்டாகும் ஞானமோ, ஆவரணத்தை நிவர்த்திப்பதாயிருத்தலால் அபரோட்சமேயாம். அது மனனமுதலியவற்றிற்குமுன் உண்டாயிருக்கின்றது; ஞானத்தை நிவர்த்திக்கும் பிரமாண அசம்பாவனைமுதலிய தோஷசாமானியமில்லாத விசிஷ்டமே அஞ்ஞானத்தைநிவர்த்திப்பதாயிருத்தலால். அன்றியும் “தக்ஷணவநிஷ்டிஃ பரமஃ ஸ்ரீ ஹரி || அந்த உபநிஷதப் புருடனைக் கேட்கின்றேன்” என்னும் சுருதியாலடையப்பட்ட உபநிஷத்துமாத்நிரத்தாலறியப்படுந்தன்மை யோகத்தாலறியப்படுந்தன்மையில் பொருத்தமுடையதாகாது. ஆகையால் தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களினாலேயே அபரோட்சமுண்டாமெனின், அப்படியல்ல; அறுமானம் அப்பிரயோஜகமாதலால். பிரத்தியட்சத்தின்பொருட்டு முற்கூறிய அக்ஷ (இந்திரிய) சாமானியமூமில்லை. ஒவ்வொரு இந்திரியத்தன்மையால் காரணத்தன்மையாக அதன் ஜந்ரியத்தன்மைக்கே பிரயோஜகத்தன்மையிருத்தலால். நித்தியாநித்திய சாதாரணப் பிரத்தியட்சத்தன்மையிலோ பிரயோஜகத்துவம் சிறிதுமில்லை. அம்மதத்திலோ பிரத்தியட்ச விசேஷத்தில் இந்திரி

யம் காரணம் அதன் விசேஷத்தில் சப்தவிசேஷம் காரணமாகமென்றிப்படி காரியகாரணத்தன்மை பிரண்டுண்டாகின்றது. மனதிற்கு இந்திரியத்துவமில்லை யென்பதில்லை; மனதிற்கு இந்திரியத்தன்மையில் பாதகமில்லாமையால். இந்திரியங்களுக்கு மனம் நாதன் என்பது மனிதர்களைப் போலுத்தேசித்து, மனிதர்களுக்கு இவன் இராஜா என்பதைப் போல இந்திரியங்களிலேயே கொஞ்சம் மேன்மையுடையதாகச் சொல்லப்படுகின்றது. அதற்கும் அநிந்திரியத்துவமில்லை; ஆறிலும் அகண்டவுபாதி விசேஷமே உண்மையாம். இகனாற்றான் “டாயுவாதி கன்மேந்திரியம்; மனம் நேத்திரமுதலிபன ஞானேந்திரியம்” என்றும், “இந்திரியசம்பந்தம் பிரத்தியட்சமாம். அதீந்திரியம் அப்பிரத்தியட்சமாம்” என்றும் சக்திப்பிரமாணசொருபமாகிய கோசத்தி (சிகண்டி)லும் இந்திரியப்பிரமாணமின்றிய ஞானத்திற்கு அப்பிரத்தியட்சத்துவம் கூறி மனதிற்கு இந்திரியத்துவம் அறிவிக்குந்தன்மை பொருந்துகின்றது. “ஐந்திரியாணிடிஸெகஸு || இந்திரியங்கள் பதினொன்று” என்னும் கீதாவசனம் மனதின் இந்திரியத்தன்மையிற் பிரமாணமாம். அன்றியும் தத்துவமசி முதலிய வாக்கியஜந்தியஞானம் சாப்தமாம். சப்தஜந்நியமாதையால், “யஜெகதியாகஞ்செய்யக்கடவன்” என்பவைமுதலிய வாக்கியங்களாலுண்டாகும் ஞானத்தைப்போலவென்னும் இதனால் அபரோட்சவிரோதியாகிய சாப்தத்துவத்தைச் சாதிக்குந்தன்மையில் * சற்பிரதிபக்ஷமுண்டாகின்றது. இது அப்பிரயோஜகமுமன்று; சாப்தத்தை முன்னிட்டே சப்தத்திற்கு உண்டாகுந் தன்மையால் இலாவகமுலமான அநுகூலதர்க்கமிருத்தலால் உன்மதத்திலோ சப்தத்தினாலும் பிரத்தியட்சமங்கே

* எந்தஹேதுவிற்கு சாத்தியத்தின் (துணிபொருளின்) அபாவத்தைச்சாதிக்கும் மற்றோர் ஹேதுவிருக்கின்றதோ, அது சற்பிரதிபக்ஷமாம் (மறுதலையுடைதாம்). அது “சத்தம் நித்தியம், சுரோத்திரத்திற்கு விஷயமாகுதலால், சத்தத்தன்மைபோலும்” “சத்தம் அநித்தியம், காரியமயிருத்தலால், சூடம்போலும்” எனவரும்.

ரித்தலால் காரியகாரணத்தன்மையாகிய இரண்டைக் கற்பித்தலில் கௌரவமிருக்கின்றது. இன்னும் மனநிதித்தியாசனங்களுக்கு முன்னும் உண்டாயிருக்கின்றது. உன்மதத்தில் பரோட்சமும் அஞ்ஞானத்தை நிவர்த்திப்பதாகாமையின், அஞ்ஞானநிவர்த்தியின்பொருட்டு பாதஞானத்தன்மையினாலே ஏதுத்தன்மையாமென்னும் கௌரவமிருக்கின்றது. எமக்கோ சமாதியப்பியாசபரிபாகத்தால் அசம்பாவனைமுதலிய சகலமலங்களும் நீங்கிய அந்தக்காணத்தால் ஆத்துமாவைக்காணுங்கால் தரிசனமாந்திரத்தினாலேயே அஞ்ஞானம் நிவர்த்தியாதலால் ஒருகௌரவத்திற்கும் இடமில்லை. வளஷஸவெபுஷஃஹகு தெஷஃஹகு வாஜாநவகாஸதெ க்வமுயாவஃபுராவகூயாஸகுஷ்ட டிஸிபுலிஃ || யஜெஹாஜ நவீஹாஜஃ || இந்தப்புருஷனாகிய ஆத்துமா பிரமாதிஸ்தம்பபரியந்தமாகிய சகலபூதங்களிலும் கூடமாய்(பார்த்தல் கேட்டல்முதலியகர்மங்களுள்ளதாய், அறித்தையினாலும் மாயையினாலும் மறைக்கப்பட்டதாய்)எதற்கும் ஆத்துமாவா(தானாகவே)யிருத்தலால் விளங்குகிறதில்லை. ஆனால் ஏகாக்கிரத்தன்மையுள்ள சூட்சுமவஸ்துக்களை நிரூபிக்கு மியல்புடைய புத்தியினால் சூட்சுமதரிசிகளாகிய பண்டிதர்களால்(ஆத்மா சகலபூதங்களிலும் கூடமாயிருக்கினும்)அறியப்படுகின்றது. விவேகியானவன் வாக்கை மனதில் ஒடுக்கவேண்டும்” என்று ஆரம்பித்து, அஞ்ஞானநிவர்த்தியென்னும் பொருளுடைய “ஐக்யஃஃவாஹுஃஃவுகெ|| (அறித்தை காமம் கர்மமென்னும்) மிருத்தியுவினின்றும் விடுபடுகிறான்” என்று முடிசுன்ற கடவல்லியிலுள்ள மிருத்தியுவின் (இயமனது) உபதேசத்தால் இவ்வர்த்தம் சம்மதமாகின்றபடியால், இதில் ஓர்விதவாதமுமில்லை. மனனமுதலியவற்றிற்கு முன் உண்டாகிய ஞானம் பரோட்சமேயாகவின், பிரதிபந்தத்தன்மையாகிய கௌரவமில்லை யென்னும் மதம் ஆதரிக்கப்படுமாயின், அதுவும் சிவணமுதலியவற்றால் மனதிற்குச் சம்ஸ்காரம் சித்தித்தபோது அவ்வியவகிதோத்தரம் (தேசகால மறைப்பின்றிய அடு

த்தக்ஷணத்தில்) ஆக்துமதரிசனம் சம்பலித்தலால், அத
ன்பின் வாக்கியஸ்மாணமுதலியவற்றைக் கற்பித்தலாகிய பெ
ருங் கௌரவத்தைச் சம்பாதிப்பதேயாம். அப்படியானால்
நாங்கள் தார்க்கயுத்திமாத்திரத்தால் சப்தஜந்ய ஞானத்திற்
கு அபரோட்சத்துவங் கூறவில்லை. “தக்ஷளவநிஷ்டஃ
பாஷ்டஃ” ! அந்த ஒளபநிஷத்துப் புருஷனைக் கேட்
கிறேன்” என்னும் பிரகதாரணிய சுருதியினாலும் கூறுகின்றோ
ம். உபநிடதத்துவம் புருஷனுக்கு உபநிஷத்தினாலாகிய புத்திக்
கு விஷயமாந்தன்மைமாத்திர மன்று; பிரத்தியட்சமுதலியவற்
றால் அறியப்படும் உபநிஷத்துத்தன்மையிலும் வியவகாரம் ச
ம்பலித்தலால். எப்படிப் பன்னிரண்டு கபாலங்களில் எட்டுக் க
பாலங்களிருக்கினும் பன்னிரண்டு கபாலங்களாலாகியதாக எட்டு
க்கபாலமுதலியவற்றின் வியவகாரமுண்டாகின்றதோ, எப்படி.
இரண்டு புத்திரன்முதலியவற்றில் ஒரு புத்திரன்முதலிய வியவ
காரமுண்டாகின்றதோ, அப்படியிங்குமாம். வேறிடத்தில் அப்
படிப்பட்ட வியவகாரமில்லை. ஆகையால் உபநிஷத்துமாத்தி
ரத்தால் அறியப்படுந்தன்மையே பிரத்தியயார்த்தமா (ஞானத்
தின் பொருளா)ம். அதுவும் மனதினால் அறியப்படுந்தன்மை
யிற் பொருந்துமெனின், அப்படியல்ல. பிரத்தியயத்தினால் உப
நிஷத்திற்கு வேறுகிய யாவும் காரணத்தன்மையாக வேறுபிரித்
தறிவிக்கப்படுகிறதில்லை. “சப்தாபரோட்சவாதியாகிய உன்ன
தும் ஆக்துமாபரோட்சத்தில் மனனமுதலியவற்றிற்குக் காரண
த்துவம் அங்கீகரிக்கப்படுதலால். ஆனால் புராணமுதலிய சப்
தாந்தரங்களே “ஸூராகவுஃ ஸூதிவாக்ஷுஃ” ! சுருதி
வாக்கியங்களால் கேட்கத்தக்கதாம்” என்று சொல்லுதலால், அ
வ்வர்த்தம் எனக்கும் சம்மதமாமென்னு மிதுசிறிதுமில்லை. பிர
மாணாந்தரவியாவிருத்தியில் தாற்பரியகற்பனமும் ஆக்துமாப
ரோட்சத்தில் சப்தத்தின் பிரமாணத்தன்மையில் கித்தித்ததாக
வே சொல்லத்தக்கதாம். சப்தாந்தரவியாவிருத்தி தாற்பரிய

மோ சுருதிமுதலியவற்றிற்குச் சம்மதமாயிருத்தலால் கற்பிக்
கத்தக்கதேயாம். இப்படியிருக்குமாயின் “3 நவெஸவா ந-
உ ஷு வு 3 நவெஸவெஹோஷு 0 || மனதினாலேயே பார்க்கத்
தக்கதாம் மனதினாலேயே இது அடையத்தக்கதாம்.” என்ப
வைமுதலிய சுருதிகளும் நேராகச் சொல்லியவைகளாகும். சி
லர் தரிசனவிருத்தியின்வொருட்டு மனதுமாத்திரத்திற்கு உ
பாதானத்தன்மை கூறும் சுருதிகள் விரோதப்படாவென்று கூ
றுகின்றனர். அது மிகவும் விசாரிக்கப்பொருக்காததாம். எ
தனாலெனின், பிரமாண ஆகாங்கைகூடிய (விருப்பத்தி)ல் பிரவர்த்
தித்துள்ள அவை எப்படி உபாதானத்தைப்பற்றியனவாகும்.
“கா8: ஸ0கவெவாவிவிகிதாஸு ஜா சுஸுஜாயு கிராயு கிரி
தெயு தஸு 03 நவனவ || காமம், சங்கற்பம், சந்தேகம், சிரத்
தை, அசிரத்தை, திருதி (நிலையுடைமை), அதிருதி (நிலையின்
மை) என்னுமிவையாவும் மனதேயாம்” என்னும் இவைமுதலி
ய சுருதிகளால் சாவதாரண (நிச்சயவாக்கிய) த்தால் சகலவிருத்
திகளுக்கும் மனோமாத்திர உபாதானமுடைமை அறிவிக்கப்படு
தலால், ஆகாங்கைகூடியில்லாமையால் உபாதானதாற்பரியமுடை
மையாக எப்படி வர்ணிக்கக்கூடும்? முன்னே இரண்டாவது வ
ல் நியில் பிரணவத்தைப் பிரமத்தையறிவிப்பதாகக் கூறியிருத்த
லால், அதுவும் அபரோகூதத்திற்கு ஏதுவாமென்னும் சங்கை
யை நிவர்த்திக்க, “3 நவெஸவா ந-உ ஷு வு 0 || மனதினாலே
யே பார்க்கத்தக்கதாம்” என்னுமிவைமுதலியன சாவதாரணவா
க்கியங்களாமென்றே வர்ணிக்கக்கூடியவைகளாம். இனி அதி
கமாய்ப் பேசுதலினின்றும் அமைதிபெறுவாம். உண்மையாக
வே யோகிகளுக்குச் சமாதியில் தூரத்திலுள்ள பதார்த்தங்களி
ன் ஞானமுண்டாமென்பது சகல சாஸ்திரங்களிலும் பிரசித்தம்.
அப்போது பரோகூதசாமக்கிரியை யில்லாமையால், அது (தூர
திருஷ்டி) பரோகூதமன்று. பகுத்தறியத்தக்க முன்னதுபவமி
ல்லாமையால், ஸ்மரணமுமன்று. சுபசித்தாந்தமாதலால், சகமு

தலியவற்றின் ஞானத்தைப்போல் சாக்ஷிவடிவமும். பிரமா (வ்ஹீ)சாமானியத்தில் கரணநியமமிருத்தலால், அப்பிரமாணமுடையது மன்று. நேத்திரமுதலியவற்றால் உண்டானது மன்று; அவற்றின் சம்பந்தமில்லாமையால். ஆகையால் அது மானசிகப் பிரமாவென்றே சொல்லத்தக்கதாமென்று மனதின் இந்திரியத்தன்மையும் பிரமாணத்தன்மையும் தூரத்தள்ளத்தக்கனவேயாம். எவர்கள் யோகம் சுருதி இரண்டிற்கும் சமுச்சயத்தை (கலப்பை)க் கற்பிக்கின்றார்களோ அவர்களுக்கும் முற்கூறிய தூஷண (குற்ற)ங்கள் அதில் நிலைபெறும். ஆதலால் யோகஜநியசம்ஸ்காரத்தோடுகூடிய மனதுமாத்திரத்தால் அறியத்தக்கது ஆக்துமாவென்பது சித்தித்தது. ஸ்திரீயைப் பாவிக்கின்றவனுக்கு வியவகித (தேசகாலங்களால் மறைந்துள்ள)ஸ்திரீயின்சாட்சாத்காரம்போல, பாவனையாலுண்டாகுந்தன்மையால் ஆக்துமசாட்சாத்காரத்திற்கு அப்பிரமாணத்துவப்பிரசங்கமில்லை; பாதிக்கப்படாதவிஷயத்துவத்தினாலும், தோஷஜநியத்தன்மையில்லாமையாலும், ஸ்திரீயின் சாட்சாத்காரம் பாதிக்கப்படும் விஷயமுடையதாயிருத்தலாலும், தோஷஜநியமாயிருத்தலாலும் அப்பிரமாணியம்; பாவனையாலுண்டாகியதாயிருத்தலால் பாவனாசமாதியின் ஞாபகத்தன்மையில் வேறுபிரமாணம் பொருந்துவதுமில்லை; அதுமனதின் சகாயத்தையுடையதாயிருத்தலால். பிரமாணத்தை நிரூபித்தலிற் சமர்த்தர்களாகிய நையாயிகர் முதலியோர்களாலும் யோகத்தாலாகிய பிரதிபட்சம், அலௌகிகப்பிரத்தியட்சத்தில் அந்தர்ப்பாவம் செய்ய (அடக்க) ப்பட்டிருக்கின்றது.

யோகத்தினாலாகிய அலௌகிக சம்பந்தத்தால் யோகிகள் வியவகிதமாய்த் தூரத்திலுள்ள சூட்சுமபதார்த்தத்தையும் ஆக்துமாவையும் யதார்த்தமாக அறிகின்றனர். அப்படியே பாதஞ்சலசூத்திரத்தில், “ஃதஃஹா தது வஹீஸா - தாநஃஹாநவஹீஸாநிந)விஷயாவிஸௌஷாயபுகூசா || அதில் (ச

மாதியில்) உண்டாகும் பிரஞ்ஞை, யதார்த்தமுடையதென்னும் பொருளுள்ள ரிதம்பனாமெனப்படும். அது(ரிதம்பரபிரஞ்ஞை) ஆகம அநுமானப்பிரஞ்ஞைகளுக்கு அந்நியமான விஷயமுடையதாம். விசேஷார்த்த (நிருவிகற்பவிஷய) முடையின்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சப்தத்திற்கு யதார்த்தத்தன்மையை வேறுபிரிக்கும் கிரமமாதிரத்தாலும், அநுமானத்திற்கு விபாகத்தன்மையை வேறுபிரிக்கும் கிரமமாதிரத்தினாலும் ஞானத்தைபுண்டாக்குந்தன்மையாகிய நியமத்தால், அதைக் கிரகித்தலில் யோக்கிய விசேஷியமாதிரத்தைப்பற்றியதாயிருத்தலாலென்பது பொருள். இதில் வாதராயண(வியாச)ரால் செய்யப்பட்டபாஷியம் “ஸ்ரீ-தரோமஸிஸ்தோ த-தஸ்தோநிவிஷய-நஸ்தோ மஸெநஸகெர விஸெஷைலியாத-கஸுரானுவி விஸெஷணக்ய தஸு-கெதஸஸு உத்யாரஹு, ஸராயிபுஸ்தோநிமு-புரஹுவாவ ஸவிஸெஷாமுகத ஸுகூஷமதொவா வ-ப-ப-ஷமதொவா” * என்பதாம். யோகபீஜத்தில் “ஸ்தோநநிஷ்டாவிரதொவியபிஷுஸ்தோநிவிஜிதெதிப: | விநாயொமெநதெவொவி நதொகூஷமதெவியெ || பரியமுள்ளவளே(பார்வதீ), ஞானநிஷ்டனாய், விரக்தனாய், சகலதருமமுமறிந்தவனாய், இந்திரிய ஜெயமுள்ளவனாயிருக்கினும், அவன் தேவனாயினும் யோகமின்றி மேகூஷமடையான்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அன்றியும், “ததெவஸகூஷ ஸஹகபிஷுஸ்தி | மி-ம-ம-நாயத நிவிஷுஸு எனனும் சுருதியினாலும், “காரண-ம-ணஸ-மொ-ஸு ஸதஸதெரோநிஜநஸு || இவனுக்குச் சதசத்துயோனிகளிற் பிறத்தற்குக் காரணம் குணசங்கமா (குணச்சேர்க்கையா) ம்” எனனும் ஸ்மிருதியினாலும், தேகம் நீங்கும் காலத்து எதில் இராகாதிகள்

* இச்சூத்திரத்தின் பாஷியம் விரிவாயிருத்தலால் உரையெழுதப்படவில்லை. சூத்திரத்திற்கு மாத்திரம் உரையெழுதப்பட்டது.

சடிக்கின்றனவோ, அந்தயோனியையே ஜீவன் அடைகிறான் என்பதனால் யோகமில்லாதவனுக்கு ஜன்மார்தாம் (வேறு பிறப்பு) உண்டாகவேசெய்யும்; மரணகாலத்து அதிகமாயுண்டாகும் கலக்கம் அயோகியால் நீக்கப்படக்கூடாமையின், அது யோகபீஜத்தில் “ஹே ஹாவஸா நவஸிமெவி ஷுயஜி ஹாவயெகி த
துஷேவஹவெஜீவ ஹதேஜுவஜநகாரணம் | ஹேஹாஹதேகி
ஹவெஜீந தஸஜா நஹிஜா நவாஃ | தஸாஸஜீநா நஹ வெரா
ஹஜுவஸுதேவகௌஸுஜி | வீவீலிகாயஜாயுஜா ஹேஹயா
ஹஜிஜி-ஹுதே | ஸஸளகிஹுஸுஹிஹேஷு-ஹேஷா ஹேஹா
தேவாகுஸா வஹு” || தேகம் நீங்குங்காலத்து சித்தத்தில் எது எது பாவிக்கப்படுகின்றதோ, அதுதுவேயாகின்றான் ஜீவன் என்றிப்படி ஜன்மத்திற்குக் காரணமிருக்கின்றது. தேகார்த்தத்தில் இன்னதேகமுண்டாகுமென்பதை மனிதர்கள் அறியார். ஆகையால் ஞானமும் வைராக்கியமும் ஜபமும் சிரமமாத்திரமேயாம். தேகத்தில் எறும்பு கடித்தால் தியானத்தினின்றும் விலகிவிடின் தேளிதாற்கொட்டப்பட்டாலாவது அல்லது தேகார்த்தத்திலாவது எப்படிச் சுகமுடையவனாவன்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. யோகிகளுக்கோ யோகசாமர்த்தியத்தால் கடைசிக்காலத்திலும் ஆக்துமபாவனையால் மோகாதமேயாகுதலால் ஜன்மார்தமுண்டாகாது. அது பகவானாற்கூறப்பட்ட “புராணகா
மேஸி நவாஸவெந நஹஜுராய-தேரயொமஸவெந நவெவ |
மரணகாலத்தில் நிச்சலமான மனதினாலும் பக்தியினாலும் சமாதியிலாகிய சம்ஸ்காரத்தி (வாசனையி) னாலுண்டாகும் சித்தஸ்திரத்தன்மையென்னும் இலக்ஷணமுள்ள யோகபலத்தினாலும்” என்னு மிவைமுதலியவற்றாலும் “ஸதஹேவகாஹுஜயஸு
நாஹு” | இருதயத்தின் நாடிகள் நூறும் ஒன்றுமாம்” என்னும் இவைமுதலிய சுருதிகளாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களுக்கு அபரோட்ச ஞானத்தையுண்டாக்குந் தன்மையில் அவற்றின் விசாரம் வியர்த்தமேயாமென்று சங்கிக்கக்கூடாது; வாக்கிய விசாரத்தினாலாகிய ஞான

ம் யோகவாயிலாக அபரோட்சஞானத்திற்குச் சாதனமாயிருத்
தலால். இது விஷயமாகவே யோகபீஜத்தில் கௌரீ சுவரசம்வா
தம் விசேஷமாயிருக்கிறது. அதினின்றும் சிறிது எடுத்தெழு
தப்படுகிறது:— “ஐவ்யுவாஹ | ஐநாநி நஸூ-ஜ்யகாயெவெ
தெஷாஹவதிகீஜ்யஸ் | மகிஷய்யபெஷெஸகாரா-ண்யாஜ்ய
தவாரியெ | தேவிகேட்கிருள், காருணியமெனும் அமுதக்க
டலாகிய தேவேசா, எந்த ஞானிகள் மரிக்கின்றார்களோ அவர்கள்
நிலை எப்படிப்பட்டதாகும் சொல்லுவீராக” “மாரூரூரஹவா-
ஹெஹாஹெஐநாநிநா-ண்யாஜ்ய வாவாஸ்வஸூரீவாவ்யுதெ |
யாஜ்யஸாந்தஹவெதததஹகூஐநீவ-நஹபுவெஸ | வஸூர
ஹ-ஹெந்ய நஹவெதவியெ நஸஹஸம்மதி | ததஹபிபவ்யு
க்யவயாயொபீஹவதிநாந்யா | ததொந்யுதிஸம்ஸா
ரொநாந்யாஸிவஹாவிதம் || நகவான் சொல்லுகின்றார்:—
தேகாந்தத்தில் * ஞானியால் புண்ணியபாவங்களின் பலம் அ
டையப்படுகின்றது. எப்படிப்பட்ட பலம் உண்டாகின்றதோ
அதைப் புசித்து ஞானிமஹபடியும் பிறப்பான். பிறகு அவனுக்
கு புண்ணியத்தினால் சித்தர்களோடு சேர்க்கையுண்டாகின்றது.
அதன்பின் சித்தர் (மோகூசித்தியை யுடையவர்) களது கருபை
யால் யோகியாகின்றான்; வேறு விதத்தாலாகிறதில்லை. அதனா
ல் சம்சாரம் நசிக்கிறது. வேறுவிதத்தினால் நசிக்கிறதில்லையெ
ன்று ஈசவானூற் சொல்லப்பட்டது.” ஐவ்யுவாஹ, “ஐநாநா
ஐவஹிரோக்ஷஹவஹிஐநாநிநஸூஜா | நகயம்விப்யுதித
தொயொமஸம்ரோக்ஷஹெஷ | தேவிசொல்லுகிருள்:—
வேறுவிதத்தினூற் சித்திக்கிறதில்லை. ஞானத்தினாலேயே எப்
போதும் மோகூமுண்டாமென்று ஞானிகள் சொல்லுகின்றன
ர். ஆகையால் யோகமெப்படி மோகூத்தைத் தருவதாம்?”

* இங்கே ஞானிகளென்றது திடாபரோட்ச ஞானமில்லாதவர்க
ளே.

பொருட்டாகாது” என்பதாம். அப்படியானால் ஜனகாதிகளுக்கு யோகமில்லாமலும் பிரதிபந்தமின்றிய ஞானமும் மோகூழ்மும் கேட்கப்பட்டிருத்தலால், யோகத்தினாலேயே பிரதிபந்தமில்லாத ஞானமும் மோகூழ்மு முண்டாமென்பது எப்படியெனின், அது சொல்லப்படுகின்றது:— * அவர்களுக்குப் பூர்வஜன்மங்களிலுண்டிக்கப்பட்ட யோகத்தினாலாகிய சம்ஸ்காரத்தால் ஞானங்கிடைத்ததென்று புராணமுதலியவற்றில் கேட்கப்பட்டிருக்கின்றது. அதெப்படியெனின், “வெஜயீஷ்வெய்யாயாவியெவாயாவியெவாவிய தாடிய: | கூதி யாஜநகாடிஜாஸு-த-மாயாராடிபொவிய: | ஸஹ்ராஜா:வரஜாஸிஜிவஹ்ராஜ்யயோமத: | யஜுஷ்யாயாடிய:ஸஹ்ராஜா:வெவயகாடிய: | வெஜெத்ரயீஸ-ஹ்ராஜாஜீயுஷாஸிஜிவதவஸிநீ | வஜெதவாநெயவஹ்வெநீவயொநிமதாசுவி | ஜாநகிஷ்ராஸ்வராஷ்வராஜா:வஹ்ராஜ்யயோமத: || சைகீஷ்வ

க்கின்றது. ஞானயோகத்தால் மோகூழ்மும் இலபிக்கின்றது. அங்ஙனமின்றிக் கோடிகிரந்தங்களினாலும் அடையத்தக்கதன்று” என்று இராஜசித்தாந்த இராஜயோகத்திலும், “அரணிக்கட்டையிலுள்ள அக்கினி யெப்படிக்கடைதலின்றி வெளிப்படாதோ, அதுபோல அப்பியாசயோகமின்றி ஞானம் பிரகாசியா” தென்று யோகசிகோபநிஷித்திலும், “விரும்புஞ்சரியை முதன்மெய்ஞ்ஞான நான்கு; மரும்புமலர் காய் கனிகளன்றோ பராபரமே” என்று தாயுமானவராலும் இப்படியே இன்னும் மற்றப் பெரியோர்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

* “யோகமில்லாதவர்கள் அபக்குவிகள்; யோகத்தோடு கூடியவர்கள் பக்குவிகள்” என்னும் யோகசிகோபநிஷித்தின் வாக்கியத்தால் பக்குவிகளாகிய ஜனகன்முதலியோர்கள் பூர்வஜன்மங்களில் யோகத்தையப்பியசித்தவர்களேயாவர். அப்படியே “ஜடபரதர்முதலியோர்களுக்கு ஜன்மாந்திரகன்மவசத்தால் சித்தம் சம்யமத்திற்குரியதாயிருந்தமையால், அவர்களுக்கு மற்றச் சாதனங்கள் வேண்டுமென்பதில்லை” என்றுகருட புராணத்திலும், “யோகியர்க்கேஞான மொழுங்காம்பே ரன்பான; தாகியரும் யோகமுன்னே சார்ந்தோர் பராபரமே” என்னும் தாயுமானவர் வாக்கியமுதலியவற்றினாலுங் காண்க.

ஸ்திரீத்தன்மையினின்றும் சூத்திரத்தன்மையை யடைகிறான். அதினின்றும் வைசியத்தன்மையை யடைகிறான். அதினின்றும் கூத்திரியனும் விப்பிரனுமாகின்றான். அதினின்றும் கிருபா ஹீன(தையயில்லாதவ) னாகின்றான். அதினின்றும் வித்துவானாகிய பிராமணனாகின்றான். ஸ்மிருதனும் (ஸ்மிருதியை யறுசரிக் கிறவனும்) யாகஞ்செய்பவனுமாகின்றான். அதன்பின் கர்மநி யாசி(சந்தியாசி) யாகின்றான். அதினின்றும் ஞானித்தன்மையை யடைகின்றான். இவ்வாறு யோக கிரமமாக முக்தியடைகின்றான். (சூத்திர வைசியாதிக்கிரமமாக யோகியாய் முக்தியை யடைகின்றான் என்பது பொருள்)” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதனால் யோகத்தில் சகலருக்கும் அதிகாரம் கேட்கப்படுதலால், யோகத்தினாலுண்டாகிய தத்துவஞானத்தினால் சகலரும் முக்தியடைகிறார்களென்பது சித்தம். “ஸ-விநாஃஸ்ரீதிகாஃ மெஹெயா மஹ ஷோ஽லிஜாயதெ | சுயவாயொயிநா ரேவ | யோகபிரஷ்டன் புனிதமாகிய ஸ்ரீமான்கள் வீட்டிலேனும் யோகிகளது வீட்டிலேனும் பிறக்கிறான்” என்னும் பகவானது வாக்கியத்தால் யோகிகளுக்கு பிரஷ்டர் (யோகத்தினின்று நழுவினவர்) களாயினும் சூத்திராதிக்கிரமமில்லை. இவ்வளவில் அபைதிபெறுவாம். (௧௫)

(அ-கை) பிராணமனோலயமின்றி மோகூதம் சித்தியாதென்று சொல்லப்பட்டது. அதில் பிராணலயமுண்டாயின் மனோலயமுமுண்டாமென, அதன் (பிராணனது) இலயக்கிரமத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஐராக்ஷாஸ-ஷ-ஜீரஸஜெஹ க்ஷக்வாய-ஃ-உத்யு
மௌ | ஸ்ரீக்ஷாஸஜெஹஸ-ஷூரதெ ஸ்ரீமாராயெ நி
ரொயபெசு || || ௧௬ ||

(இ-ள்) எப்போதுமே(“ஸ-ராக்ஷேயாஜீ-கெஹெஸு நல்லராஜ்யமும் தர்மமுள்ள தேசமும்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

ருக்கு'ம் இலக்ஷணமுள்ள) நல்ல ஸ்தானத்திலிருந்துகொண்டு, சுழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியை நன்றாய்ப் பேதிக்குந்தன்மையைக் குருமுகமாயறிந்து, பிராணவாயுவை மத்தியிற் செல்லுவதாக்கிப் பிரமாந்திரத்தில் நிரோதித்தல் வேண்டும். எ-று.

அது வாசிஷ்டத்தில், “சுஷ்யாவஸந வரிஷுநே ஸ்ரணாநாஸ்யபிரமதே | சநஃபுஸாஸிராயாதி நிவபூணஸிஷ்யதே | அப்பியாசத்தால் பிராணனது அசைவிற்கு கூடியம் வரும்போது மனம் மிகவும் சாந்தியை யடைகின்றது. அப்போது நிர்வாணம் மிஞ்சுகின்றது” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணனும் மனமும் இலயமாகுங்கால் பாவனாவிசேஷமாகிய சமாதியோடு சேர்க்கப்பட்ட அந்தக்காணத்தால் பாதிக்கப்படாத ஆத்மசாட்சாத்காரம் உண்டாகின்றது. அப்போது சிவனோடிருந்துகொண்டே முக்தனாகின்றான். (கக)

(அ-கை) பிராணலயமானால் காலஜயமுண்டாமெனக் கூறுகின்றார்.

ஸூயபூவந்நிஸளயதஃ காலஜயமுண்டாமெனக் கூறுகின்றார்.
 மொக்யஸூயபூவந்நிஸளயதஃ காலஜயமுண்டாமெனக் கூறுகின்றார்.
 தழ || || கக ||

(இ-ள்). சூரியனும் சந்திரனும் இராப்பகல் வடிவமாகிய காலத்தைச் செய்கின்றன. சாஸ்வதியென்னும் சுழுமுனை (சூரியசந்திரர்களாற் செய்யப்பட்ட இராப்பகல் வடிவமாகிய) காலத்தைப் புசிப்பதாயிருக்கின்றது. இது இரகசியமாய்ச் சொல்லப்பட்டது. எ-று.

இரண்டரைக்கடிகை சூரியன் ஓடுகின்றது. இரண்டரைக்கடிகை சந்திரன் ஓடுகின்றது. சூரியன் ஓடுங்கால் பகலென்றும், சந்திரன் ஓடுங்கால் இரவென்றும் சொல்லப்படுகின்றது. இவ்வெளகிகர்களது இராப்பகலில் யோகிகளுக்குப் பன்னிரண்டு

இராப்பகல்வடிவமாகிய காலவிவகாரம் நடக்கின்றது. அப்படிப்பட்ட காலஅளவால் ஜீவர்களுக்கு ஆயுள்ளவுமாகின்றது. எப்போது சுழுமுனைமார்க்கத்தால் வாயு பிரமாந்திரத்தில் ஒடுங்குகின்றதோ, அப்போது இராப்பகல் வடிவமாகிய காலமில்லாமையால் “சுழுமுனை காலத்தைப் புசிப்பதாயிருக்கின்றது” என்று சொல்லப்பட்டது. எதுவரையிலும் பிரமாந்திரத்தில் வாயு வெடுங்குகின்றதோ, அதுவரையிலும் யோகிகளுக்கு ஆயுள்விருத்தி யுண்டாகின்றது. நீண்ட காலம் சமாதியை அப்பியசித்த யோகியானவன் முன்னமே மரணகாலத்தை யறிந்து பிரமாந்திரத்தில் வாயுவைக் கொண்டிபோய்க் காலனை நிவர்த்திக்கிறான். சுவேச்சையாகத் தேகத்தியாகமும் செய்கிறான் என்பது கருத்து. (கௌ)

(அ-கை) இதுவுமது.

உரஸஹதிஸஹஸிராணி நாயீ உராராணி வஸுரெ |
ஸஹஸு-ஹஸாரஹவீஸக்திஃஸெஷாஸெவநிரயபுகாஃ ||

(இ-ள்) பஞ்சரத்தில் (பஞ்சரம்போல் நம்பு எலும்பு முதலியவற்றால் கட்டப்பட்டிருக்கும் சரீரத்தில்) * எழுபத்தீ

* எழுபத்தீராயிரம் நாடிகளுள் சுழுமுனை, இடை, பிங்கலை, குகு, சரச்சுவதி, யசகவினி, பூஷை, விசுவோதரை, வருணை, அத்திசிங்ஙவை, பயசவினி, சங்கினி, காந்தாரை, அலம்புடை யென்னும் பதினான்கும் முக்கியமானவைகள். அவற்றுள்ளும் சுழுமுனை, இடை, பிங்கலையென்னும் மூன்றும் பிரதானமாம். அவற்றுள்ளும் குற்றமற்ற சுழுமுனைநாடி மிகப் பிரதானமாம். இதனையே பிரமநாடியென்பர். அப்பதினான்கு நாடிகளின் இலக்கணம் வருமாறு:—

(க) முதுகின் நடுவில் வீணாதண்டமென்னும் எலும்புக்கூடு ஒன்று சிரசுவரையிலும் பொருந்தியிருக்கின்றது. அந்த எலும்புக்கூடாகிய மேருவின் மத்தியில் சிரசின் நடுவழிபுகுந்து புருவநடுவரையிற் பொருந்துகின்ற சூட்சுமமாகிய துவாரம் ஒன்றிருக்கின்றது. அதுவே பிரமநாடியென்னும் சுழுமுனையாம். அதற்குத் தேவதை சிவன்.

சாயிரம் நாடித்துவார (வாயு பிரவேசிக்கும் மார்க்க) ங்களிநுக்
கின்றன. அவற்றுள் சுழுமுனை யென்னும் மத்தியநாடி, சாம்ப
வி சக்தியாம். மற்றவை (இடைபிங்கலை முதலியன) பிசயோஜ

(உ) சுழுமுனைக்கு இடதுபாகத்திலிருப்பது இடை. அது இடது
நாசியில் வியாபித்து நிற்கும். தேவதை விஷ்ணு.

(ரு) சுழுமுனைக்கு வலப்பாகத்திலிருப்பது பிங்கலை. அது வலது நா
சிவரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை பிரமா.

(ஸ) சுழுமுனைக்கு முன்னிருப்பது சூது. அது சூர்யம்வரையிற்
பொருந்திநிற்கும். தேவதை அக்கினி. பிருதிவியென்றுங் கூறுவர்.

(கி) சுழுமுனைக்குப் பின்னிருப்பது கரீசுவதி. அது நாவளவு
பொருந்திநிற்கும். தேவதை விராட்டு.

(கூ) இடைக்கு முன்னிருப்பது அந்திசிங்ஙுவை. அது இடதுகா
ற் பெருவிரலளவு பொருந்திநிற்கும். தேவதை வருணன்.

(எ) இடைக்குப் பின்னிருப்பது காந்தாரி. அது இடதுகண்வ
ரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை சந்திரன். இந்திரனென்றும் கூ
றுவர்.

(அ) பிங்கலைக்கு முன்னிருப்பது யசசுவினி. அது வலதுகாற் பெ
ருவிரல்வரையிற் பொருந்தியிருக்கும். தேவதை சூரியன். பிரமாவெ
ன்றுங் கூறுவர்.

(க) பிங்கலைக்குப் பின்னிருப்பது பூடை. அது நேத்திரம்வரை
யிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை திக்கு. ஈசுவரனென்றுங் கூறுவர்.

(க௦) அத்திசிங்ஙுவை குகுவென்னும் இரண்டு நாடிகளுக்கும் மத்தி
யில் விசுவோதனாயென்னும் நாடியிருக்கின்றது. அது முகம்வரையி
ற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை அக்கினி.

(கக) யசசுவினிகுகுவென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் வருணையெ
ன்னும் நாடியிருக்கின்றது. அது கீழும் மேலுமாகச் சரீரமெங்கும் பொ
ருந்திநிற்கும். தேவதை வாயு.

(கஉ) பூடைசரசுவதியென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் பயசுவி
னியென்னும் நாடியிருக்கின்றது. அது வலச்செவிவரையிற் பொருந்திநி
ற்கும். தேவதை பிரஜாபதி.

னமில்லாதனவாம்(முற்கூறியபிரயோஜனமில்லாமையால்)எ-று.

இதனால் பக்தர்களுக்கு ஸ௦-சுகம்,ஹவதி-^௩ உண்டாகின்றது. ஆகையால் இது சாம்பவியாம். அல்லது இது சம்புவாகிய ஈசுவானதாகையால் சாம்பவியாம். அல்லது தியானத்தினால் சம்புவையடைவிப்பதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது சம்புவின் ஆவிர்ப்பாவத்தை யுண்டாக்குவதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது-ஸ௦- சுகவடிவாய் ஹவதி-நிற்கின்றது. ஆகையால் சாம்பவியாம். அல்லது சம்புவாகிய ஆத் துமாவினதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது சித்து வெளிப்படும் ஸ்தானமாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது தியானத்தால் ஆத்தம சாக்ஷாத்காரத்திற்கு ஏதுவாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். (கஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வாயு-^௩வாயுவிதொயஸூரடிந் நாலஹக-^௩ணவீ ॥
வொயயிக்ஷால-^௩ஷ-^௩த்யா-^௩வ விஸேஷநிரொயதஃ॥

(இ-ள்) வாயு அப்பியாசிக்கப்பட்டதாகுமாயின் ஜடராக் கினியுடன் குண்டலிசக்தியை விழிப்பித்துப் பிரதிபந்தமின்றிச் சுழுமுனையிற் பிரவேசிக்கும். எ-று.

வாயுசுழுமுனை (சாஸ்வதி) யிற் பிரவேசிக்கும் பொருட்டு அதன் அப்பியாசம் செய்யவேண்டுமென்பது பொருள். (கக)

(அ-கை) இதுவுமது.

(கக) கான்தாரி சரச்சுவதியென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் சுங்கினியெனும் நாடியிருக்கின்றது. அது இடதுசெவிவரையிற் பொருந்தி நிற்கும். தேவதை சந்திரன்.

(கச) கந்தமத்தியில் அலம்புடை நாடியிருக்கின்றது. அது குதம்வரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை வருணன். சூரியனென்றும் கூறுவர்.

இந்நாடிகளெல்லாம் கந்தத்தினின்றும் அரகிலையின் நரம்புகளைப் போலக் கிளைகிளையாய்ப்பிரிந்து போகின்றன.

ஸ-ஷ-ஃஜீராவாஹிநிபூரணெஸி ஐ-தெ-தெ-நா-ந
நீ | சு-ந-யாக்விதராஹ்யாஸாஃபூயா-ஸெவயொபி
நா- || ௨௦ ||

(இ-ள்) பிராணன் சுமுமுனையிற் செல்லுவதாகுங்கால் ம
னோன்மனி (உன்மனியவஸ்தை) சித்திக்கின்றது. அப்படியில்
லையாயின் (பிராணன் சுமுமுனையிற் செல்லுவதாகாவிடின்), மற்
ற (சுமுமுனைக்கந்நியமாகிய) அப்பியாசங்கள் யோகி (யோகாப்பி
யாசி) களுக்குப் பிரயாசத்தின்பொருட்டேயாகின்றன. எ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

வவநெநாஸ்யுதெயெந-நெஷுநெநவஸ்யுதெ-
நெஷுஸ்யுதெயெந வவநெஷு நவஸ்யுதெ || ௨௧ ||

(இ-ள்) எந்தயோகியால் பிராணவாயு கட்டப்படுகின்றதோ
அந்தயோகியால் மனமும் கட்டப்படுகின்றது. எவனால் மனம்
கட்டப்படுகின்றதோ, அவனால் பிராணனும் கட்டப்படும். எ-று.

மனம் பிராணனென்னும் இரண்டில் ஒன்றைக் கட்டினால்
இரண்டும் கட்டப்பட்டதாமென்பது பொருள். (௨௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹெ-த-அ-ய-த-அ-வி-தூஸ்யுவாஸநா-வஸஜீரண- | த
யொவி-த-நஷ-வனகஷி-ஸூ-அ-வ-வி-வி-நஸூ-த- || ௨௨ ||

(இ-ள்) சித்தம் பிரவிருத்தித்தற்கு வாசனை (பாவனை-சம்
ஸ்காரம்) பிராணவாயுவென இரண்டு ஏதுக்களிருக்கின்றன. அ
வற்றுள் ஒன்று நஷ்டமாயின் அவ்விரண்டும் நசிக்கும். எ-று.

வாசனை நசித்தால் வாயு சித்தம் என்னுமிரண்டும் நசிக்கும்.
சித்தம் நசித்தால் வாயு வாசனையெனுமிரண்டும் நசிக்குமென்ப
து அபிப்பிராயம். அது வாசிஷ்டத்தில் 'ஹெ-த-அ-ய-த-அ-வி-
தூஸ்யுவாணஸூ-த-நவாஸநெ | வனகஷி-ஸூ-த-யொ-த-

வெஷக்ஷிவ்ரஃமெவிநஸ்யுதஃ || இராமா, சித்தத்திற்குப் பிரா
ணசலனம் வாசனையென்று இரண்டு காரணங்களுண்டு. அவற்று
ள் ஒன்று நஷ்டமானால் இரண்டும் உடனே நஷ்டமாகும்” என்
று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அதிற்றானே “யாவதிலீ நமநஃ
நொநதாவதிராஸநாக்ஷயஃ | நக்ஷணாவாஸநாயாவலிதஃ
தாவஸாஸாரிதி || நயாவஜ்ஜாதிவிஸூநமநதாவலிதாவஸ
ஃ | யாவநலிதாவஸநொநதாவதக்ஷவெடிநம | யாவநவா
ஸநாநாஸஸாவததாமஃக்ஷதஃ | யாவநததஸஃபூவதி
நததாவதிராஸநாக்ஷயஃ | ததஸூநமநொநாநாஸா வால
நாக்ஷயவனவய | தியஜகாரணதாமக்ஷா ஃஸாய்யாநிஸ்யி
தாநதஃ | தயவனதெஸஃபாவ நக்ஷல்யூஸாஃஹஃதஃ
ஹஃ | தாவநததஸஃபூவதிவத்யுவிஸாரிபிரொதஃ ||
மனம் * ஒடுங்காதவரையில் வாசனை நசியாது. வாசனை நசி
யாதவரையில் சித்தம் நசியாது. தத்துவஞானமுண்டாகாத
வரையில் சித்தம் நசியாது. சித்தம் நசியாதவரையில் தத்து
வஞானமுண்டாகாது. வாசனை நசியாதவரையில் தத்துவ
ஞானமுண்டாவதேது? தத்துவஞான முண்டாகாதவரையி
ல் வாசனாக்ஷயமுண்டாகாது. தத்துவஞானம், மனோநாசம்,
வாசனாக்ஷயமென்னுமிவைகளே ஒன்றற்கொன்று காரணத்த
ன்மையையடைந்து சாதித்தற்கரியனவாயிருக்கின்றன.

ஆகையால் இம்முன்றும் எதுவரையில் சமமாய் அடிக்க
டி அப்பியசிக்கப்படவில்லையோ, அதுவரையில் நன்றாய் ஆசிர
யிக்கப்படுமிவற்றால் தத்துவஞானத்தினைடை வுண்டாகாது” எ
ன்று வெதிரேகமாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (௨௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

நொநாயத விவீயெத வவநஸ்து வீயெத | வவ

* இப்படியே அன்னபூர்ணேபநிஷத்திலும் முக்திகோபநிஷத்தி
லும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

நொலீயதெயத்ருநஸுத்ருவினீயதெ

||உ௩||

(இ-ள்) எதில் (எந்த ஆதாரத்தில்) மனம் ஒடுங்குகின்ற தோ, அதில் வாயு ஒடுங்குகின்றது. வாயு எதில் ஒடுங்குகின்ற தோ, அதில் மனம் ஒடுங்குகின்றது. எ-று. (உ௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

உஃபூஃஸஃவத்ருநீலிதாவஃஸதளதஃருக்ரி யளரோ
நஸரோருதளஹி யதொரோதத்ருநஃ ப்ருதிபு
தொநஸுத்ருநஃருதி: || உ௪ ||

(இ-ள்) எதில் வாயு பிரவிருத்திக்கின்றதோ, அதில் மனது பிரவிருத்திக்கின்றது. எதில் மனது பிரவிருத்திக்கின்றதோ அதில் வாயு பிரவிருத்திக்கின்றது. ஆகையால் பாலும் நீரும்போல் செவ்வையாய்க் கலந்துள்ள மனம் வாயுவென்னும் அவ்விரண்டும் சமானக்கிரியையுள்ளனவாம். எ-று.

அதுவாசிஷ்டத்தில் “சுவிநாஹாவிநீநித்யம் ஜஃதநாஃ
பூரணதெயவீ | கூஸஃரோரோடிவநிஸுதிருதெயவ
ஸிதெ | கூரஃதஸூவிநாஸெநகாயபூரோக்ஷாவ்யுதே ||

ஜீவர்களுக்கு நித்தியம் இன்றியமையாதனவாகிய பிராணனும் சித்தமும் பூவும் மணமும்போல கலந்தவைகளாய் எள்ளுமெண்ணெயும் போலவிருந்துகொண்டு விநாசத்தால் மோகிதமென்னும் உத்தமமான காரியத்தைச் செய்கின்றன” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (உ௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

ததெகநாஸாடிவாஸ்யநாஸ வாக்ஷவ்யுதொ
வாபவ்யுதி: | சுயஸ்யொஸுதிபவமபுயுதி: ப்ரு
ஸ்யொஸுதிபவமபுயுதி: || உ௫ ||

(இ-ள்) அவற்றுள் (மனம் பிராணனென்னுமிரண்டனுள்) ஒன்றின் நாசத்தால் மற்றதின் நாசமும், ஒன்றின் பிரவிருத்தியால் (வியாபாரத்தால்) மற்றதின் பிரவிருத்தியுமுண்டாகின்றது. (மனம் பிராணனென்னும்) அவ்விரண்டும் இலயமாகாதிருக்கின் இந்திரியவர்க்கங்களின் விருத்தியும் (இந்திரியசமூகங்கள் தத்தம் விஷயங்களிற் பிரவிருத்தித்தலும்), அவ்விரண்டும் இலயமாயின் மோகூபதத்தின் சித்தியுமுண்டாம். (அவை இலயமாகுங்கால் புருஷன் சொரூபத்தில் நிலைத்தலாலென்பது பொருள்). எ-று.

“ததூவிலூயுஃ வவ நஸு நாஸு ஷஃ மயொ மாயி நிஷெவணெந ॥ 20 நாவி நாஸஸு ம-ரொஃ ஸஸா டாநி நெஷோ தெணஸு ஸாயு வனவ ॥ (பிராணன்மனமென்னும்) அவ்விரண்டிலும் பிராணனது நாசம் ஷடங்கமுதலியவற்றின் அப்யாசத்தால் சாதிக்கத்தக்கதாம். மனோநாசமோருருப்பிரசா தத்தால் நிமிஷமாத்திரத்தால் நன்றாய்ச் சாதிக்கத்தக்கதேயாம்.” என்னுமிது யோகபீஜத்தில் மூலசுலோகத்திற்கடுத்த சுலோக மாம். (உரு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ரஸஸுநஸுநெஸு வ ஹஹுக்ஷஸுஹாவதஃ | ர ஸொவபொநொவபஃநிநஸுபிதிவததெ ॥ 21

(இ-ள்) இரசத்திற்கும் (பாதரசத்திற்கும்) மனதிற்கும் சுபாவமாகச் சஞ்சலத்துவமுண்டு. இரசம் கட்டுப்பட்டால் சித்தம் கட்டுப்பட்டதாகின்றது. அதனால் உலகத்தில் எது சித்தியாது? (எல்லாஞ்சித்திக்குமென்பது பொருள்.) எ-று. (உக)

(அ-கை) அதனையே கூறுகின்றார்.

30ஹிதொஹரதெவ்யாயீநூதொஜீவயதிஸ்யா |
வஃவெவரதாயதெ ரஸொவாய-ஸுஹாவதி ॥

(இ-ள்) பார்வதி! இரசமும் வாயும் முர்ச்சிதமாயின் வியா

திகளைப்போக்குகின்றன. மிருதமாயின் சுவயம் (தமதுசாமர் த்தியத்தால்) வெகுதூரம் ஜீவிப்பிக்கின்றன. பத்தமா (கட்டுப் பட்டனவாகுமா) யின் ஆகாயத்தில் சஞ்சரிக்குந்தன்மையைத் தருகின்றன. எ-று.

ஒஷதிவிசேஷங்களின் சம்பந்தத்தால் சபல(சஞ்சல)நீங் கிய இராமும் கும்பகங்களினந்தத்தில் இராமகம் நிவர்த்திக்கப் பட்ட வாயுவும் மூர்ச்சிதமெனப்படும். பஸ்மமாகிய இராமும் பி ராமரந்திரத்திலொடுங்கிய வாயுவும் மிருதமெனப்படும். கிரியா விசேஷத்தால் குளிகைவடிவமாகச் செய்யப்பட்ட இராமும் தா ரணவிசேஷத்தால் புருவமத்தியில் தரிக்கப்பட்ட வாயுவும் பத் தமெனப்படும். (உஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

3நவெஸ்யெபுஷ்யிரொவாய- ஸுதொஷிந-ஃ ஸ்வி
ரொஹவெஃ | விந-வெஸ்யபு-ததாஸக- விண்
வெஸ்யபு-ஹஜாயதெ || 24 ||

(இ-ள்) மனம் ஸ்திரப்பட்டால் வாயு (பிராணன் ஸ்திர) மாகும். அதனால் (வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையால்) விந்து (சக் கிலம்) ஸ்திரமாகும். விந்து ஸ்திரமானால் பலமும், பிண்ட(தே க)த்தின் ஸ்திரத்தன்மையும் உண்டாகின்றது. எ-று. (24)

(அ-கை) இதுவுமது

உந்ரியாணா-3நொநாயொ 3நொநாயவூ-3ா
ந-க- | 3ாந-தஸ்யுயொநாயொ ஸுயொநா3ா
ஸிக- || 25 ||

(இ-ள்) சுரோத்திரமுதலிய இந்திரியங்களுக்கு மனம் (அந்தக்கரணம்) நாதன் (பிரவிருத்திப்பது) ஆம். மனதிற்குப் பிராணன் நாதனும். பிராணனுக்கு மனோலயம் நாதன். ஆம் மனோலயம் நாதத்தை ஆசிரயித்திருக்கின்றது. (அதாவது மன ம் நாதத்தில் ஒடுங்குகின்றது என்பது பொருள்.) எ-று. (25)

(அ-கை) இதுவுமது.

வெரடயெவெவாஸு-வெரகாஸெவா ஸாஸு-வாவிஸி
தாந்தரெ | 3 நஃபுரணயெகழி டா நஃஸுஸவத-
தெ | ||௩௦||

(இ-ள்) அவ்விதுவே(சித்தலயமே)மோக்தமென்னும் ப
தத்திற்கு வாச்சியமாகுக. அந்நியமதத்தால் ஆகாதிருக்க; சித்த
லயம் சுழுத்தியிலுமிருத்தலால். பிராணன் மனமென்னும் இர
ண்டும் இலயமாகுங்காலத்து அநிர்வாச்சியமாகிய ஆநந்தம் நன்
றாய்ப் பிரவர்த்திக்கின்றது. (அநிர்வாச்சிய ஆநந்தமுண்டானால்
ஜீவன்முத்திசுகம் உண்டாகவேசெய்யும். இதற்சமுசயமில்லை
யென்பது கருத்து). எ-று. (௩௦)

(அ-கை) இதுவுமது.

புநஷுஸாஸநிஸாஸபுஸுஸவிஷயமு, ஹஃ! நிஸு.
வெநாநிவி-காரஸுயெயாஜயதிஸாநா || ||௩௧||

(இ-ள்) சுவாசநிசுவாசங்கள் நஷ்டமாகியதும், சப்தாதிவி
ஷயக்கிரகணம் நஷ்டமாகியதும், சேஷ்டை(உடற்செய்கை)கள்
நீங்கியதும், விகாரம்(அந்தக்கரணச்செய்கை)களில்லாததுமாகிய
இலயம் (திரேயபாகாரஅந்தக்கரணவிருத்தி), யோகிகளுக்கு எல்
லாவற்றிலும் மேலானதாக விருக்கின்றது. எ-று.

வெளிவாயு உள்ளே பிரவேசித்தல், சுவாசம். உள்ளிருக்கு
ம் வாயுவை வெளியேவிடுதல், நிசுவாசம். (௩௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

உஹிஸுஸவபுஸுஸகஸுஸா நிஸுஸுஸாஸுஸுஷயெஷி
தஃ | ஸாவமஸுஸாயுஸுஸகாடவி ஜாயதெவாமமொவ
ரஃ || ||௩௨||

(இ-ள்) சகல சங்கற்ப (மனதின் பரிணாம) ங்களும் நஷ்
டமாகியதும், சகல செய்கைகளும் முற்றிலும் நீங்கியதும், த

ன்னால் அறியக்கூடியதும், வாக்கிற்கெட்டாததுமாகிய ஓர் விலக்ஷணமாகிய இலயம் யோகிகளுக்கு உண்டாகின்றது. எ-று ()

(அ-கை) இதுவுமது.

யத் துஷ்டிபஸுத் ஹதெந்நிபஸநாதநீ ।
ஸாஸக்திஜீவஹதாநாஃ ஷெசுஷெஷ்யயமதெ ।

(இ-ள்) எதில் (எந்த விஷயமாகிய பிரமத்தில்) திருஷ்டி (அந்தக்கரணவிருத்தி) யிருக்கின்றதோ, அதிலேயே இலயமுண்டாகின்றது. யோகிகளுக்குப் பூதங்களையும் இந்திரியங்களையும் சாசுவதமாகவுடையதும், சீவர்களின் சக்தியென்னும் வித்தையுமாகிய இவ்விரண்டும் யோகிகளுக்கு அலக்ஷியமாகிய (குறிக்கப்படாத) பிரமத்தில் இலயமடைகின்றன. எ-று.

சுத்காரியவாதத்தில் அவித்தையில் காரியசமூகங்களிருத்தலால், பூதங்களையும் இந்திரியங்களையும் சாசுவதமாகவுடையதென்றார். (௩௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹபாஸுஹிபுஹஃ கீஜுஸாஸுஷணடி ।
ஹதவஸுஹநாதாநா ஹபாஸுவிஸுதிஃ ॥

(இ-ள்) இலயம் இலயமென்று அனேகர் கூறுகின்றனர். அவ்விலயத்தின் சொரூபம் எப்படிப்பட்டதெனின், அதனைக் கூறுகின்றார். மறுபடியும் வாசனை யெழும்பாமைமால் சத்த முதலிய விஷயங்களையாவது, தியேயாகார (தியானிக்கப்படுபொருள் வடிவமாகிய) விஷயங்களையாவது மறத்தல், இலயமாம். அதாவது இலயமென்னும் சப்தத்திற்குப் பொருளாம். எ-று- (௩௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

வெஷாஸுஹாஸாநாநி ஸாநாந்யுமணிகாஹவ ।
ஹகெஷாஸாஹவீரேஹ மஹாகுஹவயகுரிவ ॥

(இ-ள்) நான்கு வேதங்களும் ஆறு சாஸ்திரங்களும் பதினெண்புராணங்களும் (அனேகம் புருஷர்களால் ஆறியத்தக்கனவாயிருத்தலால்) சாமானிய கணிகை (வேசி)யைப் போன்றனவாம். சாம்பவிமுத்தினை யொன்றே (புருஷவிசேஷனா லறியத்தக்கதா யிருத்தலால்) குலஸ்திரீயைப்போல் இரகசியமானதாம். எ-ம.

(௩௫)

(அ-கை) சித்தலயத்தின்பொருட்டுப் பிராணலயத்தின் சாதனவடிவமாகிய முத்தினைகளைச் சொல்லக்கருதி, அவற்றுள் சாம்பவி முத்தினையைக் கூறுகின்றார்.

சு0 தரு-கூ3)0ஸைஹிஜ-புஷ்டி-கி-பு ரெஷொ-நூஷ-வ
ஜி-பு தா | வளஷாஸாஸா-ஹவீ3-பு-ர வெஷாஸா-ஷூஷ-பு

மொவிதா ||

||௩௬||

(இ-ள்) உள்ளே (ஆதாரமுதல் பிரமாந்திரம்வரையிலுள்ள சக்கரங்களுள் தன்னுற் கொள்ளப்பட்ட சக்கரத்தில்) இலகழியமு (அந்தக்கரணவிருத்தியும், வெளியில் (தேகத்திற்கு வெளிப்பிரதேசத்தில்) மூடுதலும் திறத்தலுமில்லாத திருஷ்டி (கண்பார்வை)யுமாக விருத்தல் எனாவோ, அப்படிப்பட்ட இது (சிவப்பிரியை அல்லது சிவாவிரப்பாவத்தையுண்டாக்குவதென்னும்) சாம்பவிமுத்திரையாம். இது இருக்குமுதலிய வேதங்களிலும் சாங்கியபாதஞ்சலமுதலிய சாஸ்திரங்களிலும் பாதுகாக்கப்பட்டுள்ளதாம். எ-று

சித்தம் தியேயாகார (தியானிக்கப்படும் பொருள்வடிவ)மாகப் பிரவேசிக்குங்கால் மூடுதலும் திறத்தலுமின்றிய திருஷ்டியுண்டாகின்றது.

(௩௬)

(அ-கை) சாம்பவிமுத்திரையை யநுவதித்துக் காட்டுகின்றார்.

சு0 தரு-கூ3)விலீ நவி-தவ-வ-நா-யொ-நீ-ய-பா-வ-த-பு

திறத்தலுமின்றிய பார்வையாபிநுத்தலாகிய இது சாம்பவிமுத் தியாயம். இது தந்திரங்களை யுணர்ந்த கிரீசனாகிய பாமேசுவ ரனால் தந்திரங்களில் பாதுகாக்கப்பட்டிருக்கின்றது. யோகிக ளுக்கு மனோலயத்தைச் செய்வதும் மோகூதத்தைத் தருவதும் னுர்லபமுமாகிய இது தத்துவவிருப்புடையோர்களின் பொருட் டாம். ஊர்த்துவவேதம்(மேல் ஊடுருவிச் செல்லுதல்) ஊர்த் துவ(மேல்)திருஷ்டியும், கீழ்நாடிகள் அநேகாதிருஷ்டியுமாம். இ ராதாயந்திரவிதானத்தால் பூமியில் ஜீவன்முக்தனானான்' எ ன்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௩௭)

(அ-கை) இதுயுமது.

ஸ்ரீ. ஸாஹவ்யா ஸ்வெவபபா சுவஸ்யாபாஸிஹதஃ ।
ஹவெஹி துயபா நநஃஸூசுநெநுவி துவாஹிணி ॥௩௮

(இ-ள்) ஸ்ரீ சாம்பவிமுத்திரை கேசரிமுத்திரை என்னு மிரண்டினது அவஸ்தை ஸ்தானங்களின் பேதத்தால் ரூபியமா கிய (தேசகாலவஸ்து பரிச்சேத மில்லாத அல்லது கஜாதீ ய விஜாதீய சுவகதபேதமில்லாத)சிதாநந்தசொரூப ஆர்த்தமா வில் சித்தலயமாகிய ஆரந்தம் உண்டாகின்றது. எ-று.

சாம்பவிக்கு வெளிதிருஷ்டியால் வெளியவஸ்தை(நிலைமை) யும் கேசரிக்கு புருவநடுப்பார்வையால் உள்ளவஸ்தையுமாம். சா ம்பவிக்கு இருதயபாவனையும் கேசரிக்குப் புருவநடுவுமேஸ்தா னங்கள். ஸ்ரீசாம்பவிக்கும் கேசரிக்கும் அவஸ்தைஸ்தானமெ ன்னும் சாதனம்சத்தில் பேதமுண்டு. சித்தலயாநந்தமாகிய ப லாமிசத்தில் பேதமில்லை யென்பது தாற்பரியம். (௩௮)

(அ-கை) உன்மணிமுத்திரைபைக் கூறுகின்றார்.

தாரொஜ்யோகிஷிஸ்யொபாஜ்ய கிஹிதநபெபஜ
வள । வகுவபுயொமொ உநெநாயொஜநநந நீகாரகஸ்க
ணாஸ ॥
॥௩௯॥

(இ-ள்) கண்ணின்மணிகளை ஜோதியில் (இரண்டுகண்மணிகளையும் நாசிநுனியிற் சேர்த்தலாற் பிரகாசிக்கும் தேஜசில்) சேர்த்துப் புருவங்களைக் கொஞ்சம் மேலே உயர்த்தவேண்டும். முன் (முற்கூறிய அந்தர்லகழியம் பஹிர்திருஷ்டியென்னும் வடிவினதாகிய) யோகத்தை (யுக்தியை) யுடையமன (அந்தக்கரணத்) தை யோகத்திற் பொருத்துவானாயின் யோக சூக்ஷணத்தில் (முகூர்த்தத்தில்) உன்மனியவஸ்தையை யுடையவனாகின்றான். எ-று.

(அ-க) உன்மனியைவிட கடத்தற்குபாயம் வேறில்லை யெனக் கூறுகின்றார்.

கௌவிதா மஜோ மௌ ந கௌவிநி மஜஸௌகௌமரே |
கௌவிதௌகௌணரௌஹ்மகி நௌவஜா நநிதாரகௌ ||

(இ-ள்) சாஸ்திரத்தந்திரமுதலியவற்றை யுணர்ந்த சிலர் ஆகம (சாஸ்திரத்தந்திராதி) ஜாலங்களாலும், சிலவைதிகர் நிகமசங்குலங்களா (வேதத்திற் கூறிய பலத்தின் மிகுதிப்பாட்டினாலும், சிலவைசேஷிதர்முதலியோர் தர்க்க (சுவகற்பித யுக்திவிசேஷ) தாலும் மேகிக்கின்றார்கள்; தாமசத்தை (கடத்தற்குபாயமாகிய உன்மனியவஸ்தையை) அறிகிறதில்லை யென்பது பொருள். எ-று

“சூக்ஷ்மகிஷௌகிதாரௌஹ்மகி த்யுபாஸௌஹ்மகி த்யுபாஸௌ || இவற்றால் அர்த்தங்கள் புத்தியில் ஏறுகின்றமையால் ஆகமங்களாம்” ஜாலத்தை (வலையை) ப்வேபால பந்தனத்திற் கேதுவாகுமவற்றிற்கூறிய பலன்களை ஜாலங்களென்றார். (சு1)

(அ-க) இதுவுமது.

கௌயௌநிதௌகௌமௌ நௌ ஸ்விநரௌநா நாலா மௌதௌ
கௌணரௌஹ்மகி த்யுபாஸௌஹ்மகி த்யுபாஸௌஹ்மகி த்யுபாஸௌஹ்மகி
நயௌ | ஜோகிநகௌவசௌஷௌஜௌவிதௌ நௌவஜா நநிதாரகௌ ||
நௌவஜா நநிதாரகௌ ||

||சு ௧||

(இ-ள்) பாதிதிறந்த கண்ணையுடையவனாய், ஸ்திர (நிச்ச
ல்)மனதுடையவனாய், நாசாக்கிரத்தில் (நாசிநுனி பாகத்தில் அ
ல்லது பன்னிரண்டங்குல அளவில்) வைக்கப்பட்ட பார்வை யு
டையவனாய், நிஸ்பந்தத்தன்மையால் (காயேந்திரியமனதுகளின்
நிச்சலத்தன்மையால்) சந்திரசூரியர்களுக்கும் இலயமாக்குவி (கா
யேந்திரியமனதுகளின் நிச்சலத்தன்மையால் பிராணசஞ்சாரத்
தையும் ஸ்தம்பிவி) க்கிறவன் எனவே, அவன் (எல்லாவற்றையு
ம் பிரகாசிப்பிக்கும்) ஜோதிவடிவமும், (ஆகாயமுதலியவற்றின்
உற்பத்திவாயிலாக) சர்வகாரணமும், பூரணமும், சுவப்பிரகாசமு
ம், பா (காயேந்திரியமனதுகளுக்கு சாக்ஷியாகிய) தத் துவமு (ஆ
ரோபமில்லாதது-வாஸ்தவிகமு)மான அந்த (இதென்று சொல்லக்
கூடாத) பதமாகிய பரம (சர்வோத்கிருஷ்ட)வஸ்துவை (ஆத்ம
சொருபத்தை) அடைகிறான். (யோகி உன்மனியவஸ்தையில் ச
வசொருபத்தில் நிலைத்தவனாகின்றனென்பது பொருள்.) இதில்
அதிகமாகச் சொல்லவேண்டியதென்ன? (வேறுவஸ்துவையடை
கின்றென்று இதில் என்ன சொல்லவேண்டியிருக்கிறது என்ப
து பொருள்). எ-று.

பன்னிரண்டங்குல அளவில் என்பது வசிஷ்டராலும்
“* தாடிஸாஹ-ஹவாஹெத நாஸாஹெ விஹெதஹெ |
ஸஹிஹெஸாஹ ஹவாஹெதாஹ ஹாணஹெஹாநிஹ-யா
தெ || பன்னிரண்டங்குல அளவுள்ள நாசிநுனிபாகிய விமலா
ம்பரத்தில் (பரிசுத்த ஆகாயத்தில்) சம்வித்து (ஞானம்) பார்வை

* இவ்வாக்கியதைச் சாண்டிலீயோபநிஷத்திலும் காணலாம். இ
வ்வாக்கியத்திற் கூறியபடி,

“நாசிக்கதோமுகம்பன்னிரண்டங்குல
நீதித்தம்வைத்து நினையவும்வல்லேயேன்
மாசித்திமாயோகம்வந்துதலைப்பெய்துந்
தேகத்திற்கென்றுஞ்சிதைவில்லையாகுமே.”

என்னுத்திநுமந்திரத்திலுங் காண்க.

யெனுமிரண்டும் ஒநிங்குவதால் பிராணனது ஆசைவு நிரோதிக்கப்படுகின்றது' என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சுக)

(அ-கை) உன்மனிபாவனையின் காலநியமத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஹிவா நவகுஜபெஜ்ஜிமம் ராது ளமெவ நவகுஜயெ
க | ஸவபுராவகுஜயெஜ்ஜிமம் ஹிவாராதி நிரோயதஃ ||

(இ-ள்) பகலில் (சூரியசஞ்சாரத்தில்) இலிங்கத்தை (சர்வகாரணமாகிய ஆத்துமாவை)ப் பூஜி(பாவி)க்கலாகாது. இராத்திரியி (சந்திரசஞ்சாரத்தி) லும் பூஜிக்கலாகாது. ("வாயுசலித்தால் சித்தஞ்சலிக்கு" மென்று சொல்லப்பட்டிருத்தலால் சந்திரசூரியசஞ்சாரத்தில் சித்தஸ்திரத்தன்மை யில்லாமையால்) பகலிலெவன்னும் சூரிய சந்திரர்களை நிரோதித்து, எப்போதும் இலிங்கமென்னும் ஆத்துமாவைப் பூஜிக்கவேண்டும். எ-று.

ஆத்துமா சர்வகாரணமென்பதற்கு "வணதஸூரீரீதநசூ
காஸஸூஹதஃ || இந்த ஆத்துமாவினின்றும் ஆகாசமுண்டா
யிற்று" என்னும் தைத்திரிய சுருதி பிரமாணமாம். தியானமே
ஆத்துமபூஜையாம். அது வாசிஷ்டத்தில் "யூரநொவஹா
ரவனவாதுயூரநஸூரீஹாபுநம் | விநாதெநதரொ
ணாயரோதூரஹுதவனவநா || தியானநைவேத்தியமே ஆத்
துமா; தியானம் இதன் மகார்ச்சனம். அது (தியானம்) ஒழிந்த
மற்றொன்றால் இவ்வாத்துமா அடையப்படமாட்டாது." என்
று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சூரியனும் சந்திரனும் நிரோ
தமாகுங்கால் சுழுமுனைக்குள் பிராணனடங்குகின்றது. அப்
போது மனம் ஸ்திரத்தன்மையடைதலால் அப்போது பாவிக்க
வேண்டும். அது (சுழுமுனையிற் பிராணனடங்கின் மனம் ஸ்திரத்
தன்மை யடையுமென்பது) "ஸூரீரீதநசூரீதவாயஸீந
நெஸூரீதநசூரீதவாயஸீந || சுழுமுனைமத்தியில் வாயு பிரவேசித்

தலால் மனதிற்கு ஸ்திரத்தன்மை யுண்டாகின்றது” என்பத
ஞற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௪௨)

(அ-கை) கேசரியைக் கூறுகின்றார்.

ஸவ்யக்ஷணநாபிஷ்யோத்யோயாதிநாநாதஃ | கி
ஷ்டெதவெவரீதேநாதவ்யிஷ்யோநநஸம்ஸபஃ || ௪௩ ||

(இ-ள்) இதுவலது நாடிகளிலுள்ளவாயு எந்த மத்திய
ப்பிரதேசத்தில் செல்லுகின்றதோ, அந்தப் பிரதேசத்தில் கே
சரிமுத்தினா ஸ்திரமுடையதாகின்றது. இதற் சமுசயமில்
லை. ஏ-று. (௪௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஐவாவிம்ஸபொத்யோஸூந்யுதெவாநிமம்
ஸௌ | கிஷ்டெதவெவரீதேநாதவ்யிஷ்யோநநஸம்ஸபஃ || ௪௪ ||

(இ-ள்) இடைபிங்கலைகளின் மத்தியிலிருக்கும் சூனியம்
(ஆகாயம்)வாயுவை விழுங்குகின்றது. அதில் (சூனியத்தில்)
கேசரிமுத்தினா ஸ்திரமாகின்றது. மறுபடியும் மறுபடியும் ச
த்தியம் என்பது அந்நுவயம். ஏ-று.

சூனியத்தில் பிராணன் ஸ்திரமாகுதலே வாயுவை விழுங்கு
தலெனப்படும். (௪௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸவ்யபூவதேதெஸோத்யோ நிராமஸாந்தரம்
வநாதஃ | ஸம்ஸிதாவோதெயாஸாதேநாத
வெவரீ || ௪௫ ||

(இ-ள்) சூரியசந்திரர்களென்னும் இடைபிங்கலைகளின் ம
த்தியில் நிராலம்பமாகிய உள்ளவகாசத்திலிருக்கும் ஆகாயங்க

ளின் சமுதாயத்தில் செவ்வையாய்ப் பொருத்தயிருப்பது எதுவோ, அம்முத்தினை கேசரி யென்னப்படும்.

புருவமத்தியில் சகல ஆகாயங்களுக்கும் சம்பந்தமிருத்த லால் ஆகாயங்களின் சமுதாயமென்றார். அது “வஹஸூதஃ ஸரீரீதே || ஐந்துநாடிகள் சம்பந்தித்துள்ளதில்” என்பதினாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சரு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வொரோஜ்யெத்ராஜி தாயாரா ஸாக்ஷா தாரிவவயு
வா | வஹயெததஹாஹிவ்யாஹ ஸஹதஹாஹிவ்யெ
தஹெ || ||சசு||

(இ-ள்) எந்தக்கேசரியில் சந்திரனினின்றும் அமிர்ததா ரையுண்டாகின்றதோ, அந்தக்கேசரி சாட்சாத் சிவப்பிரியையா (சிவத்திற்குப் பிரியமுள்ளதா)ம். இணைபற்றதும் திவ்விய (சக லநாடிகளிலும் உத்தம)மானதுமாகிய சுழுமுனையைப்பச்சிமமு கத்தில் நாவினாற்பூரிக்கவேண்டும். எ-று.

நாவினாலென்பது வருவிக்கப்பட்டது. (சசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஹஸூதஹெவவஹயெதத நிஸ்ரி தாவெவரீஹ
வெசு | சுஹஸூதாவெவரீதஹா வஹநுநீஸஹவ்ய
தெ || ||சஎ||

(இ-ள்) முன்னமே சுழுமுனையைப் பிராணனாற் பூரிக்க வேண்டும். அப்போது நிச்சயிக்கப்பட்ட (சந்தேகமில்லாத) கேசரியென்னுமுத்திரை யுண்டாகின்றது. (முன்னமே பிராண னால் பூரிக்காமல் நாக்குமாத்திரத்தால் பச்சிமமாகப் பூரிக்கின், அப்போது மூடாவஸ்தையையுண்டாக்கும் கேசரியுண்டாம். (நி ச்சயிக்கப்பட்ட கேசரியுண்டாகாதென்பது கருத்து.) கேசரிமுத்

திரையும் அப்பியசிக்கப்படின உன்மனியுண்டாகின்றது (சித்தத் திற்குத் தியேயாகார ஆவேசத்தால் துரியாவஸ்தையுண்டாகின்றது. எ-று.

சுழுமுனையைப் பிராணஞ்ஞென்பது வருவிக்கப்பட்டது.

(அ-கை) இதுவுமது.

*ஹ-வொரெய்யெய்யிவஸ்யா நம் நஷுத்விலீயதெ |
ஹாதவ்யுதததத-ய-ய-தததகாரொ நவிடிதெ ||

(இ-ள்) புருவமத்தி சிவமென்னும் (சுகவடிவமாகிய) பிரத்தியகபின்னபாமாத்துமாவின் ஸ்தானமாம். அதில் (சிவத்தில்) மனம் ஒடுங்குகின்றது. (சிவாகாரவிருத்திப் பிரவாகமாகின்றது) அந்தச் சித்தலயவடிவமாகிய துரிய (ஜாக்கிர சொப்பன சுழுத்தி களுக்கந்ரியமாகிய நான்காவது) பதம் அறியவேண்டியதாம். அந்தப்பதத்தில் காலன் (மிருத்தியு) இல்லை. அல்லது சூரியசந்தி மார்களின் நிரோதத்தால் ஆயுளைக்குறைக்கும் காலம் (சமயம்) இல்லை யென்பது பொருள். எ-று.

அது“ சுழுமுனைகாலனை விழுங்குவதாம்” என்பதனால் முன் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (ச-அ)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுஹ்யெஸ்தெவரீந்தாவஜ்யாவஸ்யா ரெய்யாமநிதி தஃ |
ஸஹ்யாஹ்யெயாமநிதி ஸ்யுகாரொ நாவிகரைய ந || ச-க ||

(இ-ள்) யோகநித்திரையுடையவனாகுட்வரையில் கேசரி முத்திரையை அப்பியசிக்கவேண்டும். யோகநித்திரையை யடைந்தவனுக்கு ஒருக்காலும் காலன் (மாணம்) இல்லை. எ-று.

சர்வவிருத்திநிரோதம், யோகநித்திரை. (ச-க)

(அ-கை) இதுவுமது.

நிராயம்ஸம் நஃக்யகா நகிஃவிடிவிஃ தயெசு |
ஸஸ்யாஹ்யாஹ்யா தரெவ்யா ஹிவடிவத்திலுதிய-வம் ||

(இ-ள்) எவன் மனதை நிராலம்ப(ஆலம்பகுனிய)மாக்கி, ஒன்றையும் சிந்தியாதிருக்கின்றானோ (கேசரியுத்திரையிலுண்டாகும் பிரமாகாவிருத்தியையும் பாவராக்கியத்தால் விடுகின்றானோ), அவன் உன்னும்வெளியுமிருக்கும் ஆகாயத்தில் கடத்தைப்போல நிற்கிறான். இது நிச்சயம். எ-று.

எப்படி ஆகாயத்திலிருக்கும் கடம் உன்னும்வெளியும் ஆகாயத்தால் நிறைந்ததாகின்றதோ, அதுபோல கேசரியில் ஆலம்பனத்தை(பற்றுக்கோட்டை) விடுதலால் யோகி பிரமத்தால் நிறைந்தவனாகின்றான் என்பது பொருள். (௫௦)

(அ-கை) இதுவுமது.

வாஹ்யவாயுபயோஜீந ஸயோஜியெந ஸஸ்யம் |
ஸஸ்யாநெதஸ்யித தாஜேதிவவநொநாஜே நஸாஸஹ ||௫௧||

(இ-ள்) தேகத்திற்கு வெளியிலுள்ள வாயு(தனக்குட்பிரவிருத்தியின்மையால்)கேசரியில் எப்படி இலயமாகின்றதோ, அப்படியே தேகமத்தியிலிருக்கும்வாயு(தனக்கு வெளிப்பிரவிருத்தியின்மையால்)இலயமாகின்றது. இதற்கமுசயமில்லை. பிராணன் தனது ஸ்தானத்தில்(ஸ்திரத்தன்மைக்கதிஷ்டானமாகிய பிரமாந்திரத்தில்) சித்தத்தோடு ஸ்திரத்தன்மையை யடைகின்றது. எ-று. (௫௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

வனவஜேஸஸோநஸ்ய வாயுஜோமெபுஹிவாநிஸம் | க
ஹ்யாஸாஜீயபுதெவாயு ஜேநஸ்யெதெவஜீயதெ ||

(இ-ள்) இப்படி வாயு மார்க்கத்தில்(சுழுமுனையில்)பசுவிரவும் அப்பியாசிக்கின்றவனுக்கு அப்பியாசத்தால் எந்த ஆதாரத்தில் பிராணன் இலயமாகின்றதோ, அதிற்றானே(வாயுனின் இலயாதிஷ்டானத்திலேயே)மனம் இலயமாகின்றது. எ-று(௫௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுஜ்யெதெஃஹாவயெஹேஹாவாஹிதயுஜேஹகம் | ஸி
ஹ்யெதெஃஹாவாயெஹேஹாவாவாஹிதயுஜேஃ || ௫௩ ||

(இ-ள்) இரந்திர(துவார)த்தினின்று வெளிப்படும் அமிர்
தத்தால் பாதமுதல் சிசுபரியந்தமாகிய தேகத்தை முழுகுவிக்கி
றன். மகா(மிகமேலான)காயமுடையவனும் மகாபலபராக்கிர
மமுடையவனுமாகிய யோகி அமிர்தத்தால் முழுகுதலால் சித்த
னையாகின்றான். எ-று. (௫௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸக்தியெஃநஃகருகா ஸக்திஃநவசெயுமா || ந
ஸாநகருகா யாரயெதாநவசெயு || ௫௪ ||

(இ-ள்) சக்தி(குண்டலி)யின் மத்தியில் மனதைச் செய்து
(மனதை அதின்வடிவாக்கி) சக்தியை மனதின் மத்தியிலுள்ளதா
க்கி(சத்தியின் தியான ஆவேசத்தால் சக்தியை மனதில் ஒருமை
ப்படுத்தி, அதனால் குண்டலியை விழிப்பித்து)மனதால் மனதை
ப்பார்த்து(புத்தியை மனதாற் பார்த்தலால் ஸ்திரப்படுத்தி),பரம
பதத்தை(சர்வோத்திருஷ்டசொரூபத்தை)த் தரிசிக்க(தாரணைக்
கு விஷயமாக்க)வேண்டும். எ-று. (௫௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

வசெயுமாநவசெயுமாநவசெயுமாநவசெயுமாநவசெயுமா |
ஸவசெயுமாநவசெயுமாநவசெயுமாநவசெயுமாநவசெயுமா || ௫௫ ||

(இ-ள்) (ஆகாயத்தைப்போல் பூர்ணமாயிருக்கும் பிரமமாகி
ய)ஆகாயத்தின் மத்தியில் ஆத்துமாவை(சுவசொரூபத்தை)ப் பா
வி. அதாவது பிரமம் நானென்று பாவி. ஆத்துமாவில்(சொரூப
த்தில்)ஆகாயத்தை(பூரணப்பிரமத்தை) பாவி. அதாவது நான் பி
ரமமென்று பாவி. எல்லாவற்றையும் ஆகாயமாகச் செய்து(பிரம

மயமாகப் பாவித்து)ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது. (நான் பிரம
மென்னும் தியானத்தையும் விடவேண்டும் என்பது பொரு
ள்.) எ-று. (௫௫)

(அ-கை) இப்படிச்சமாகிதனு (சமாதியடைந்தவனு) க்
குச் சொருபத்தில் நிலைத்தலைக் கூறுகின்றார்.

சுஃ தஸூஉநெந்ராவஹிஸூஉ நஃ ஸூ நஃ சுஃ ஹஹவாஃ
வரொ | சுஃ தஃவஃனெந்ராவஹிஃவஃணஃ வஃணஃ
சுஃ ஹஹவாணஃவெ || || ௫௬ ||

(இ-ள்) உள்ளே (அந்தக்கரணத்தில்)சூனியமாம். [பிரமத்
திற்கந்நியமாகிய விருத்தியில்லாமையால் துவிதீய(இரண்டாவ
து)சூனியமாம்]. அந்தக்கரணத்திற்கு வெளியிலும்[துவீதீய(இ
ரண்டாவதின்)தரிசனமில்லாமையால்] சூனியமாம். ஆகாயத்தி
லிருக்கும் கும்பம் உள்ளும்வெளியும் சூனியமாயிருத்தல்போல்
சூனியமாம். (பிரமாகாரவிருத்தியிருத்தலால் அல்லது அது பி
ரமத்திற்கு வாசமாயிருத்தலால்) உள்ளே (அந்தக்கரணத்தில் அ
ல்லது இதயாகாசத்தில்)பூரணமாம். (சத்தையினால் பிரமத்திற்
கந்நியமாகிய விருத்தியின்மையால் அல்லது பிரமம் பூரண
மாயிருத்தலால்)வெளியில்(அந்தக்கரணத்திற்கு வெளியில் அல்
லது இருதயாவகாசத்திற்கு வெளியில்)பூரணமாம். சமுத்திரத்
திலிருக்கும் கடம்போல் பூரணமாம். (சமுத்திரத்திலிருக்கு
ம் கடம் முற்றிலும் சலத்தால் நிறைந்திருத்தல்போல் சமாதிநி
ஷ்டனாகிய யோகி பிரமத்தால் பூரணனாகின்றான் என்பது பொ
ருள்.) எ-று. (௫௭)

(அ-கை) இதுவுமது.

வாஹ்யஃ தாநகதஃவ்ர தமெவவாஃதரவிந
நஃ ஸவஃவஃதரவரிதஃஜநகஃவிதவிநயெக ||

(இ-ள்) சமாதியடைந்தயோகியால் பாகிய(புறச்) சிந்தை
செய்யத்தக்கதன்று. அப்படியே ஆந்தாசிந்தனமும் (பாகியசி

ந்தனம்போல் மனதினாற் கற்பிக்கப்பட்ட உயர்ந்த இன்பகரமான மாளிகை, வீதிமுதலியவற்றின் சிந்தனமும்) செய்யத்தக்கதன்று. (பாகியாந்தரமாகிய) சருவசிந்தனத்தையும் விட்டு, ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது. எ-று.

ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது என்றமையால் பாவைராக்கியத்தால் ஆத்துமாகார விருத்தியையும் விடவேண்டும். அதை விட்டால் சொரூபத்தில் நிலைத்தலாகிய ஜீவன்முக்தியுண்டாகுமென்பது கருத்து. (௫௭)

(அ-கை) பாகியாந்தரசிந்தனையை விடுதலால் சாந்தியுண்டாகின்றதென்பதில் வசிஷ்டாது வாக்கியத்தைப் பிரமாணமாகக்கூறுகின்றார்.

ஸாக்ஷுரோது கருமெநவஜமதேம ஸாக்ஷுரோது கருமெநவஜெநாவிநாஸஃ । ஸாக்ஷுரோது கதிஜ-ஹிவிஷுரோது கதிஜபஜவாஹ-ஹிராஜாஜிஃ ॥ ௫௮ ॥

(இ-ள்) மானசிகவியாபாரமாகிய சங்கற்பமாத்திரத்தின் சிருஷ்டியே தோன்றுகின்ற இவ்வெல்லா ஜெகத்துமாம். (பாகியப்பிரபஞ்சம் மனோமாத்திர கற்பிதமென்பது பொருள்.) மனதின் விலாசம் (உயர்ந்த இன்பகரமான மாளிகை, வீதிமுதலிய நாநாவிஷயாகார கற்பனை) சங்கற்பமாத்திர சிருஷ்டியே. (மானசப்பிரபஞ்சமும் சங்கற்பமாத்திர சிருஷ்டியேயாமென்பது பொருள்.) சங்கற்பமாத்திர (பாகியாந்தரப்பிரபஞ்ச)த்தில் உள்ள மதி(சத்தியத்தன்மையாகிய புத்தி)யை விடுக. அப்போது செய்யவேண்டிய தியாதெனின்? (ஆத்துமாவினிடத்துள்ள கர்த்திருத்துவ போக்திருத்துவசுகித்துவங்களும், சஜாதீயவிஜாதீய சுவகதபேதமும், தேசகால வஸ்துபரிச்சேதமுமாகிய கற்பனையென்னும் விசிஷ்டகற்பனையாகிய விகற்பமின்றிய) நிருவிகற்ப ஆத்துமாவை ஆசிரயித்து (தாரணை முதலியவற்றிற்கு விஷயமாக்கி), இராமா! நிச்சயமாகிய (சந்தேகமின்றிய) சாந்தி (பாமஉபரதி)யை ஆடைவாய். எ-று.

(இ-ள்) தோற்றுகின்ற இந்த யாதொரு சராசரமாகிய ஜகத்துமுழுவதும் மனோதிரிசியமாம். (மனதாஸ் தோற்றப்ப வெதாம். அதாவது மனதின் சங்கற்பமாத்திரத்தாலாமென்பது பொருள்). மனதின் உன்மனீபாவத்தால் (விலயத்தால்) துவைதம் (பேதம்) தோற்றுகிறதில்லை. (துவைதப்பிரமை தோற்று தற் கேதுவாகிய மனதின் சங்கற்பமில்லாமையால்.) எ-று.

மனதின் சங்கற்பம் இருந்தால் தோற்றுகின்றது; இல்லாவிட்டால் தோற்றுகிறதில்லை. ஆகையால் சகலஜகத்தும் பிரமமே (பிராந்தியே); பிராந்தித்தோற்றமுள்ள சரீரமுடையதாயிருத்தலால் பிராந்திக்கு அதிஷ்டானமாகிய பிரமம் (ஐ, ஓம்) சத்தியமென்று அங்கீகரித்திருத்தலால் பெளத்தமதப் பிரசங்கமில்லை. (சூ ௧)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஞேயவஸ்வாரி த்யா மா ஹியாயா திரா நஸம் । ௩
நஸோவித்யெஜாதெகெகுவயுஜேவஸிஷ்யதெ || ௬௨ ||

(இ-ள்) ஞேயவஸ்துவை (ஞானத்திற்கு விஷயமாகும் நாமரூபாத்துமகமாகிய சகலசராசரத்தையும்) விடுதலால் மனது சச்சிதானந்த வடிவமாகிய ஆத்துமாகாரமாகின்றது. மனது இலயமாகுங்கால் கைவல்லியம் மிஞ்சுகின்றது. (அத்துவிதிய ஆத்துமசொரூபம் மிஞ்சுகின்றது என்பதுபொருள்.) (சூ ௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

வனவம் நா நாவியோவாயாஃ ஸரீக்ஷா நஹ்வாஹி
தாஃ । ஸரீயிரி மடாஃகயி தாஃவவவா ஹாயெபுஜே
ஹாத்விஃ ||
|| ௬௩ ||

(இ-ள்) இப்படி (அந்தர்லட்சியம் பஹிர்நிஷ்டி என்னு மிவைமுதலிய முற்கூறிய பிரகாரத்தால்) மகாத்துமாக்களாகிய (சமாதிபரிசீலனத்தால் சுத்தமான ஆத்துமாவையும், அந்தக்க

மூடர்களுக்கும் என்ற உம்மையால் படித்தவர்களுக்குக் கேட்பானேன் என்பது அறியப்படுகின்றது. கோர்க்கநாத ராற் சொல்லப்பட்ட தென்பதனால், பெரியோர்களாற் கூறப்பட்டமையால் இது கொள்ளத்தக்கதாமென்பது அறியப்படுகின்றது. (கூடு)

(அ-கை) இதுவுமது.

சூரிநாயே நலவாடி கொடியுப புகாராகியிதா
ஜபந்தி | நாராந-ஸாயா நகடுகடுவ நோடுஹ
நெவதுதடுயா நார || || கூகூ ||

(இ-ள்) ஸ்ரீ ஆதிநாதராகிய பாமேசுவரனாற் சொல்லப்பட்ட ஒன்றேகாற்கோடி. இலயப்பிரகாரங்கள் (சித்தலயசாதன பேதங்கள்) சிலாக்கியமாயிருக்கின்றன. அவற்றுள் (*) நாதாநுசந்தான மொன்றையே எல்லாவற்றிற்கும் பிரதானமாக அறிகிறோம். எ-று.

சிரேஷ்டமான இலயசாதனங்க ளெல்லாவற்றினும் மேலானதாயும் கோர்க்கரால் சம்மதிக்கப்பட்டதாயு மிருத்தலால் நாதாநுசந்தானமே அவசியம் விதிக்கப்பட்டதாமென்பது கருத்து.

(அ-கை) சாம்பவிழுத்திரையின் நாதாநுசந்தானத்தைக் கூறுகின்றார்.

நெகூலநலுதொயொநீ நெடூரஸாயாயஸார
ஹவீ | ஸுணாயா டிக்ஷிணெகணெ-நாடிநெதலுடு
கயீ || || கூகூ ||

* இது ஸ்ரீ சங்கரபகவத்பாதாசாரியர்களாலும் யோகதாராவளியில் “உலகத்தில் சதாசிவனாற் சொல்லப்பட்ட ஒன்றேகால் இலகூம் இலயங்களிருக்கின்றன. அவ்விலயங்களெல்லாவற்றுள்ளும் நாதாநுசந்தானசமாதி யொன்றையே யான் மதிக்கின்றேன்.” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) முத்தா(சித்தா)சனத்திலிருக்கும் யோகி சாம்ப விழுத்திறையைச் செய்து, ஏகாக்கிரசித்தனாய் வலதுகாதில் சு முமுனை நாடியிலுள்ள நாதத்தைக் கேட்கக்கடவன். எ-று.

அது திரிபுராசாரசமுச்சயத்தில் “ஸூரேஜிதூவிஜோஜிநித ரவஸேஸூரரஸௌரரகாரிநாஜேஸௌவார ஸிகஸூரி யஹிதயஸௌஸநிஸூநக-யு: | வஸ்டாநாஜாந-காரீ தடிந-யஜயியூ நயீரொமலீரொமஜ-நஜ-நய வெர ஷ: வரஹக-ஹரெவத-தெஸுஹநாயூ | இந்தநாத ம் முதலில் மதுவுண்ட வண்டுக்கூட்டங்களாலுண்டாகும் சப்தத் திற்குச் சமான சப்தசம்ஸ்காரத்தைச் செய்வதாயும், அதன்பின் மூங்கில் கூட்டங்களின் காற்று நிரம்பிவிளங்கும் மூங்கிலின் நா தத்திற்குச் சமானமானதாயும், கண்டாநாதத்தின் எதிரொலியா யும், சமுத்திரத்தின் தீரமான ஒலியாயும், கம்பீரமாய் (மிகக்கடு மையாய்)க் கர்ஜிக்கும் இடியின் ஓசையாயும் பிரமநாடியின் இந் த மேலாகிய இரந்திரத்தில் இருக்கின்றது” என்று சொல்லப் பட்டிருக்கின்றது. (௬௭)

பராங்குமி முத்தினை.

(அ-கை) பராங்குமிமுத்தினையால் நாதாநுசந்தானத்தை க் கூறுகின்றார்.

ஸ்ருவணவஸ்டநயநய-மயவாண ஸேவாநா மி ரொயநகாய- | ஸ-ஸ-ஷ-ஜாஸரணஸ-ஸ- ஶீரே: ஸ-மதெநாடி: || ௬௮ ||

(இ-ள்) இரண்டுகாது இரண்டுகண் இரண்டு நாசித்துவா ரம் வாய் என்னும் இவற்றைக் கைவிரல்களால் நிரோதனஞ் செய்ய (மூட) வேண்டும். அப்போது பிராணாயாமத்தாற் சுத் தமாயிருக்கும் சுமுமுனைமார்க்கத்தில் ஆமலமாகிய (களங்கமின் றிய) நாதம் ஸ்புடமாய் (வியத்தமாய்=வெளிப்படையாய்)க் கே ட்கப்படுகின்றது. எ-று.

(57-2)

நாத அவஸ்தா பேதம்.

உரி.

ஸவ்-பொ-மஷ-ஸா-டிவஸா-அ-து-ஷ-ப- || கூ-கூ ||

தை (வியவஸ்தை) களிஞ்சுக்கின்றன. எ-று. (கூகூ)

ஆரம்பாவஸ்தை.

(அ-கை) அவற்றுள் ஆரம்பாவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

ஸம்மவஃ । விவித்ருஃக்ஷணகொ றெஹந்தநா ஹதஃ
 ஸ்ருத்யதெயுநிஃ ॥ ௭௦ ॥

ல் கேட்கப்படுகின்றது. எ-று. (எ0)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஶிவ்யுஜெஹஸுதெஜஹ் ஶிவ்யுமஹஸுரொமவாநு |
ஸஹஸுண-ஹஸுரீய ஸுதநு குரஹொயொமவாநு
ஹவெசு ||

||எக ||

(இ-ள்) சூனியமாகிய இருதயாகாசத்தில் நாதாரம்பமுண்டாகின்றது. அப்போது பிராணவாயுவால் நன்றாய்ப் பூரணமாகிய யோகியானவன் திவ்விய (ரூபலர்வண்ணியபலமுள்ள) தேகமுடையவனும், பிரதாபமுடையவனும், திவ்விய (உத்தமமாகிய) கந்தமுள்ளவனும், ரோகமில்லாதவனுமாவன். (எக)

இருதயாகாசம் விகத்தாகாசம் புருவமத்தியாகாசம் என்னுமிவை யோகிகளால் சூனியம் அதிசூனியம் மகாசூனியமென்னும் சொற்களால் விவகரிக்கப்படுகின்றன.

கடாவஸ்தை.

(அ-கை) கடாவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

ஶிதீயாபாவஹுதேக்யு வாயுஹவதிதீயுமஃ |
ஶிவாஸுதொஹவெஜ்ஜாதீ ஜோதீஜெவஸுஜிஜா ||

(இ-ள்) இரண்டாவதாகிய கடாவஸ்தையில் வாயு (பிராணன்) ஆத்துமாவோடு நாதபிந்துக்களை ஒருமைப்படுத்திக், கண்டஸ்தானத்திலிருக்கும் மத்தியசக்கிரத்தி லுள்ளதாகுங்கால், யோகி (யோகாப்பியாசி) திடா(ஸ்திரா)சனமுள்ளவனாய், ஞானியாய்(முன்னிலுமதிக புத்திசாமர்த்தியமுடையவனாய்), ரூபலா வண்ணிய மிகுதிப்பாட்டால் தேவர்களுக்குச்சமானமாகின்றான். எ-று

அது ஈசவரனாற்சொல்லப்பட்ட இராஜயோகத்தில், ப்ராணாவாநளநாடிபிதூஜீவாத்வாரகோதேநாஃ | ஶிவிகாவ நெயஸாத்வா த்வடஉவ்யுதேகிபிராணபானனும், நாதவிந்துவும் ஜீவாத்நுமபாமாத்நுமாக்களுஞ் சேர்ந்து கடித்த(நிகழ்த)

லால் அது கடமெனப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (௭௨)

(அ-கை) இதுவுமது.

விஷ்ணுமேதாவெஹா துரோதநஸூகஸி
சிவமேதாவிஜயேஹா ஸௌஸூகஸிவெஹ ॥ ௭௩ ॥

(இ-ள்) அதன்பின் (பிரமகிரந்தியைப் பேதித்தபின்) கண்டத்திருக்கும் விஷ்ணுகிரந்தியைக் கும்பகத்தால் பேதித்தலால், இனியுண்டாகும் பிரமாநந்தத்தைச் சூசிப்பிப்பதாய் அதிருநியத்தில் (கண்டாவகாசத்தில்) அநேகநாதமுழக்கமும் பேரிசுப்தமும் அப்போதுண்டாகின்றது. ஏ-று. (௭௩)

(அ-கை) பரிசயாவஸ்தையை இரண்டரைச் சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

தூதீபாயாஃ து விஜ்ஞெயொ விஹாயொஜெயு
நிஃ ॥ ௩ஹாஸூகஸிஃ துரோதநஸூகஸிவெஹ ॥

(இ-ள்) மூன்றாவது பரிசயாவஸ்தையில் புருவநடுவாகாசத்தில் மத்தளத்தொனிபோன்ற நாதம் விசேஷமாய் அறியத்தக்கதாகின்றது. அப்போது (அவ்வவஸ்தையில்) பிராணன் அணிமாதி சகலசித்திகளுக்கும் ஆசிரயமாகிய மகாசூனியமென்னும் புருவநடுவாகாசத்தை அடைகின்றது. ஏ-று (௭௪)

(அ-கை) இதுவுமது.

விதூதநாஃ துரோஜிவா ஸஹஜாநநஸூகஸிஃ ॥ ௭௫ ॥
ஷுஷுஃவஜாராவ்யா யிஷ்யாயாநிஜாவிவஜிபுதஃ ॥ ௭௬ ॥

(இ-ள்) அப்போது யோகி சித்தாநந்தத்தை (நாதவிஷயாந்தக்கரணவிருத்திஜந்நியசகத்தை) ஜெயித்துச், சுபாவிசமாகிய ஆத்துமசகத்தின் ஆவிற்பாவமுடையவனாய் வாதபித்தகபதோ

ஷங்கள், அவற்றாலுண்டாகிய துக்கம் (அத்தியாத்துமமுதலிய வேதனை), மூப்பு, வியாதி, பசி, நித்திரை யென்னுமிவைகளில்லாதவனாகின்றான். எ-று (௭௫)

(அ-கை) அப்போதெனின், எப்போதென்று கேட்குமிடத்துக் கூறுகின்றார்.

நாஹுமயிரியஜாஹிக்ஷா ஸவபுஷீமதொ஽கிஃ ||

(இ-ள்) எப்போது ஆக்கிஞ்சக்கிரத்திலுள்ள உருத்திரகிரந்தியைப் பேதித்துப் பிராணன் ஈசுவரபீடமாகிய புருவநடுவை அடைந்ததாகின்றதோ அப்போது. எ-று (௭௫, ௨)

நிஷ்பத்தியவஸ்தை

(அ-கை) நிஷ்பத்தியவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

நிஷ்பத்தௌவெணவஃஸஷஃ ஸுண ஸீணா ஸுணா ஹ வெஃ || எஃ ||

வனகீஹதஃ தஜாவிதஃ நாஜயொமாலியாநகஃ । ஸுஷுஹிஸஃஹாநகதஜா஽ஸள யொஹீஸுநஸஜோஹ வெஃ || எஃ ||

(இ-ள்) நிஷ்பத்தியவஸ்தையில் வேணுநாதமும் க்ஷண என்று சப்திக்கின்ற வீணுநாதமும் உண்டாகின்றது. அப்போது (அவ்வவஸ்தையில்) சித்தம் (விஷயவிஷயிகளின் அபேத உபசாரத்தால்) ஒரு விஷயிவடிவமாகின்றது. அது இராஜயோகமென்னும் பெயருடையதாம். (சித்தத்தின் ஏகாக்கிரத்தன்மையே இராஜயோகமென்பது பொருள்.) இந்த (நாதாநுசந்தான பரனாகிய) யோகி சிருஷ்டிசங்கார கர்த்தாவாய் ஈசுவரசமனாகின்றான். எ-று.

பிராணன் பிரமரந்திரத்திற் செல்லுங்கால் நிஷ்பத்தியவஸ்தை புண்டாகின்றது. (எஃ)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுஷு-வாஸாஸு-வாஸ-கி ருதெதுவாவணிகுஸ-
வம் | ருயொஜுவரிசுஸளவ்யம் ராஜயொமாடிவரவ்ய
தெ || || எக ||

(இ-ள்) மோகூதமிருக்கட்டும் அல்லது இல்லாதிருக்கட்டும். இதினாலேயே அகண்டிதமாகிய சுகமிருக்கின்றது. இலயத்தாலுண்டாகும் இந்தச்சௌக்கியம் இராஜயோகத்தாலடையப்படுகின்றது. எ-று. (எஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ராஜயொமாஜாநஹஃ கெவமஹஃகஜேணஃ | வன
காநஹ்யாவிரொநாஜெந்யு ப்ரயாஸ மஹவஜிபுதாந ||

(இ-ள்) இராஜயோகத்தை யறியாதவர்களாய் ஹடகர்மத்தைமாத்திரமுடைய இவ்வப்பியாசிகளைப் பிரயாசத்தின் பலமில்லாதவர்களாக மதிக்கிறேன். எ-று. (எக)

(அ-கை) இதுவுமது.

உந்ந்யுவாஷ்யெஸீவம் ஸூச்யாநாஜிஸந்தம் |
ராஜயொமவஹ்வாஷம் ஸவொவாரயொதவ்யத
ஸாம் | ஸஜிஃவ்யத்யஸாயாயீ ஜாயதெநாஜெந்யு
யஃ || || அம் ||

(இ-ள்) சீக்கிரம் உன்மனியவஸ்தையை யடையும்பொருட்டு புருவநடுவில் தியானித்தல் சுவாத்தாமாராமனாகிய* எனக்கு

* இப்படியே இலயங்களுள் புருவமத்திய நாட்டமே மேலானதென்று கூறும் ஹடதீபிகைகாரர்மதமே எமதுமதமென்றார் ஹடத்தநாவளிக்காரர்.

ச் சம்மதம். இது (புருவ நடுத்தியானம்) † இராஜயோகபதத்
தை துரியாவஸ்தையை அடைவதற்கு அற்பபுத்தியுடையவர்க
ளுக்கும் சுகமாய்ச் சாதிக்கத்தக்க உபாயமாம். (மற்றவர்களுக்
குச் சொல்லுவானேனென்பது அபிப்பிராயம்.) நாதத்தினு
லுண்டாகும் சித்தவிலயம் பிரத்தியய(ஞான)த்தைச் செவ்
வையாய்த் தருவதாகின்றது. எ-று. (அ0)

(அ-கை) இதுவுமது.

நா டீா ந-ஸ-யா-ந ஸரீராயிவாஜா-ம் யொதீஸாநா
ணா-ம் ஹுஜிவய-புரீ-ந-ம் | சூ-ந-ந-நெக-வ-வ-ஸாயி-ம-ஜீ-ம்
ஜா-நா-தி-த-ஸ-ரீ-ம-நா-நாய-வ-ன-க-ம் || அ-க ||

(இ-ள்) நாதாநுசந்தானத்தால் சமாதியை (ஏகாக்கிரத்
தன்மையை) அடையும் யோகிசுவர்களது இருதயத்தில் விரு
த்தியாகும் இது வென்று வாக்கினுற் சொல்லக்கூடாத யோகசா
ஸ்திரப்பிரசித்தமாகிய முக்கிய ஆனந்தத்தை அநந்நியமாகிய ஸ்ரீ
குருநாதரே அறிவர். எ-று.

இதனால் நாதாநுசந்தான ஆனந்தம் குருவினாலறியத்தக்க
தேயாமென்பது சூசிப்பிக்கப்பட்டது. (அ-க)

(அ-கை) நாதாநுசந்தானத்தால் பிரத்தியாகாராதிக் கிர
மமாகச் சமாதியைக் கூறுகின்றார்.

கண-பு-ள-வி-யா-ய-ஹ-ஸூ-ர-ஹ-ரீ-ம் ஸ்ர-ண-ந-தி-யு-நி-ம்-
நி-ம் || க-து-வி-த-ஸ-ரீ-ந-ய-பு-ரீ-ந-ய-தி-ந-வ-பி-ம்-ஜெ-ஸ-ம் ||

* யோகங்களுக்கெல்லாம் இராஜாவாயிருத்தலால் இராஜயோக
மாம். இது “யோகங்களுக்கெல்லாம் இராஜாவாயிருத்தலால் இராஜ
யோகமெனப்படும்; அல்லது ஜீவர்களுக்கு இராஜாவை (விளங்கிக்கொ
ண்டிருக்கும் அவ்வியயமாகிய பரப்பிரமத்தை) யடைவிப்பது எதுவோ,
அது இராஜயோகமெனப்படும்” என்று வாமதேவமகேசுவரசம்வாத
மாகிய யோகாப்பியாசத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) முனி (மனனசீலர்களாகியயோகி) களால் கைப் பெருவிரல்களால் இரண்டு காதுகளையும் முடுவதனால் எந்தத் து வனி கேட்கப்படுகின்றதோ, அந்தத் தொனியால் சித்தத்தை ஸ்திரபதமாகிய துரியத்தையடையும்வரையில் ஸ்திரப்படுத்த வேண்டும். எ-று.

அது, “துரியாவஸ்தை சித்தை வெளிப்படுத்தும் நாதத்தி ன்வேதன மெனப்படும். நாதாநுசந்தானத்தால் வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையும் அணிமாதிசுளும் உண்டாகின்றன” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது திரிபுராசாரசமுச்சயத்திலும் “விஜிதொஹவதீஹதெநவாய-ஃ ஸஹஜெயஸ்யஸ-ஃ கித-ஃ ப்ரணாடி-ஃ | சுணிரோஹி ம-ணாஹவனிதஸ்யோரிதவ-ண-ஃ உ-ஹாம-ணோடியஸ்ய | ஸ-ராராஜதநஜெவெரிஸ-ஃ யெவிநிஸ-ஃ ஸுகாராம-லிப்யெந | ஜெயெரிஹ-ஃ நர-ஃ கி-ஃ ப்ரஸார-ஃ கஸஹஸாஸ்யுணோகித-ஃ || சுராஜகுமாரவிரந்திரத்தில் தனது கைப்பெருவிரல்க ளிரண்டினால் நிரோதித்து, உள்ளேபரவும் சமுத்திரம்போன்ற தீரமானநாதத்தைச் சீக்கிரமாக மனிதன் கேட்கிறான். அதனால் எவனுக்குச் செவ்வையாய் எழும்பிய நாதமும் வாயுவும் சகஜமாய் ஜயிக்கப் பட்டவைகளாகின்றனவே, அந்த மஹாகுணோதயமுள்ளவனுக்கு அணிமாதிசுணங்களும் அளவிறந்தபுண்ணியமு முண்டாகின்றன” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சுராஜன்—இந்திரன், அவன் குமாரன்—அர்ச்சுனன், அவன் வைரி—கர்ணன் அக்கர்ணரந்திரத்தில்—காதின் துவாரத்தில் என்பது பொருள்.)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுஹஸ்யோநாநாஹோதய-ஃ வாஹ்ய-ஃ ப்ரண-ஃ தெயு-ஃ | வக்ஷாதிஷெவ-ஃ வி-ஃ ஜிஹ்வையோ-ஃ ஸ-ஃ வீ-ஃ ஹ-ஃ ||

|| அ-ஃ ||

(இ-ள்) அந்தத்தில் (பிரானன் பிரமாந்திரத்தில் மிகவும் ஸ்திரமானபின்) கண்கிணி, வேணு, வீணை (தந்திரி), வண்டுளன்பவற்றின் சப்தங்களைப்போன்ற நாதங்களுமாக, இப்படி நானாவிதநாதங்கள் தேகத்தின் மத்தியிலுள்ளனவாகக் கேட்கப்படுகின்றன. எ-று. (அசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஃஹதிஸூரப ராணெஃவி ரெவமெயபூஹிஸ்யு
தள | தது ஸுகூர துகூ தரம் தாஹெவவராஜீ
பெசு || அஎ ||

(இ-ள்) மேகம் பேரிமுதலியவற்றிலுண்டாகிய சப்தம் போன்ற பெருஞ்சப்தங்கள் கேட்கப்படினும், அவற்றுள் சூட்சுமத்தினும் சூட்சுமமாகிய நாதத்தையே சிந்திக்கவேண்டும். எ-று.

சூட்சுமமாகிய நாதம் நெடுநேரமிருப்பதா யிருத்தலால் அதில் ஆசக்தமுள்ள சித்தமும் நெடுநேரம் ஸ்திரமுடையதா கு (நிலைக்கு) மென்பது கருத்து. (அஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வ நஃ-ஃஹிவாஸுகூ ஸுகூ-ஃஹிவாவ
நெ | ராணெஃவிஹிஃ ரெந-நாதது வாவ
பெசு || அஅ ||

(இ-ள்) (பேரிமுதலியவற்றின்) கனமாகிய நாதத்தை விட்டு சூட்சுமத்திலும் அல்லது சூட்சுமத்தையிட்டு கன நாதத்திலுமாக இரமிப்பதாயிருக்கினும் (கனசூட்சுமமென்னும் இரண்டிலொரு நாதத்தைக் கொள்ளுதல்தள்ளுதல்களால் கீரிப்பதாயிருக்கினும்) விஹிப்த (இராஜதத்தால் அத்தியந்தசஞ்சல) மாகிய மனதை வேறிடத்தில் (வேறுவிஷயத்தில்) செலுத்தலாகாது. எ-று.

வேறுவிஷயத்தில் ஆசக்தியுள்ள க்ஷிப்தமனம் சமாதிய
டையாது. நாதங்களில் இரமிக்கும் மனமோ சமாதியடையு
ம என்பது கருத்து. (அஅ)

* க்ஷிப்தம் (உழல்நிலை), மூடம் (உறக்கநிலை), விக்ஷிப்தம் (இரு
மைநிலை), வகாக்கிரம் (ஒருவழிநிலை), நிருத்தம் (தன்னிலை) என யோக
பூமிகை (அவஸ்தை) ஐந்தாம்.

(க) க்ஷிப்தம்:—ஒவ்வொரு கணத்தினும் இருவினையாகிய காற்
றினால் அதுபவிக்கப்படும் பலபொருளினும் ஆசையுடையதாய் விரைவி
ல் சுழலும்படி செலுத்தப்பட்ட மனதின் நிலைமையாம்.

(உ) மூடம்:—தூக்கம், சோம்பல், நெடுநீர்முதலியவற்றோடுங் கூ
டிய மனநிலையாம். (நெடுநீர்= வறிதுகாலந்தாழ்த்தல்= தாமசம்.
வறிது= வீண்.)

(ங) விக்ஷிப்தம்:—எப்போதாயினும் ஒருபோது சமாதியோடு
கூடி, மற்றைப்போதெல்லாம் விடயங்களில் உழலுகின்ற மனநிலைமை
யாம். சமாதி=கருவிகரணங்களெல்லாம் தன்னிலையில் ஒத்து நின்றல்;
விடயம்= பற்றப்படும் பொருள்.

(ச) வகாக்கிரம்:—இயமநியமாதி அட்டாங்கயோகப் பயிற்சியின்
வல்லபத்தால் ஒரே பொருளினிடத்தில் மனத்தின் ஒழுக்கமானது, இ
டைவிடாது தொடர்ந்து செல்லும் வெள்ளம்போல, செல்லும் நிலை
மையாம். (ஒழுக்கம் என்பது இவ்விடத்தில், நடக்கும் நடை). இதி
ல் சம்பிரஞ்ஞாதசமாதி யுண்டாகின்றது.

(ரு) நிருத்தம்:—மனம், தன்னை மறந்து சோர்ந்து போகாமல் வி
ழித்திருந்தும், வேறொருபுறவிடயத்திலும் உணர்ச்சி பிறவாது இருத்த
லும், அவ்வுணர்ச்சி யொருக்கால் வேண்டும்போது, பிறப்பதற்கு ஏதுவா
கிய அதன் காரியம் வித்துப்போல வாசனைமாத்திரையில் சேட்ப்பட்டு
க் கெடாது நின்றலுமாகிய அந்நிலைமையாம். (சேடம்= மீதி) இதில்
அசம்பிரஞ்ஞாத சமாதியுண்டாகின்றது. இதனையே யோகமென்றும்
நிருவிகற்பசமாதியென்றும் கூறுவர். அவற்றுள் க்ஷிப்தம் மூடமென்
னும் இரண்டவஸ்தைகளிலும் சமாதி பொருந்தாது. மூன்றாவதாகிய
விக்ஷிப்தத்தில் எப்போதாயினும் ஓர் காலத்தில் சமாதியுண்டாயினும்,
விக்ஷேபத்தின் பிரதானத்தால் யோகபக்ஷத்தில் நிலைக்கிறதில்லை. வே
கமாகிய காற்றால் விக்ஷேபிக்கப்படுந் தீபம்போல் தானே நஷ்டமாய்
விடுகின்றது. வினையவிரண்டுமே சமாதிக்குரியனவாம்.

(அ-கை) இதுவுமது.

யதகூதாவீவாநாபெ மும்திபுயஜேநஃ | த
மெதுவஸஃஷ்ரிஸீஹப தெநஸ்யபுஃவிபதெ ||

(இ-ள்) அல்லது ஏதேனும் ஓரிடத்தில் (கனகுட்சும
மென்னு மேகேதனு மொன்றில்) மனம் முதலில் பற்றுமாயின்
அதிற்றானே நன்றாய் ஸ்திரமுடையதாய் அந்நாதத்தோடு வில
யமாகின்றது. எ-று

இங்கே முன்வாக்கியத்தால் பிரத்தியாகாரமும், இரண்
டாவதால் தாமனையும், முன்றாவதால் தியானவாயிலாக சமா
தியும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (அகூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுகரஃஜிஃவிஷந்நுஃமாமஃயஃநாவெகூதெ | ய
யாநாடாஸகூதயாவிதஃவிஷயாந்நவிகூஃகூதெ ||

(இ-ள்) மகாந்த (புஷ்பாச) த்தைக் குடிக்கும் வண்டு கந்
தத்தை விரும்பாதனுபோல, நாதத்தில் ஆசக்தமுள்ள சித்தம்
சொக்கு (மாலை) சந்தன வனிகாதிவிஷயங்களை விரும்புகிறதில்
லை. எ-று (கூ௦)

(அ-கை) இதுவுமது.

செநாஜீதமஜெஹ் வு விஷயொஜ்ஜாநவாரிணஃ |
நியசெநஸஜெயபாயம் நிஜாநநிசரிதாஃகூஃஸஃ ||

(இ-ள்) சப்தாதிவிஷயமான உத்தியானத்தில் சஞ்சரி
க்கும் மனமென்னும் மதயானையை யடக்குதலில் இந்த அ
நாதத் தொனியாகிய கூரிய அங்குசம் சாமர்த்தியமுடைய
தாம். எ-று

இந்தச் சுலோகங்களால் “உருகாஃகூஃநாஜீநாஃவிஷ

யெஷ-யயாகு 80 | யத்யுஹாரணம்தெஷா வுத்யு
ஹாரஃ புகீதிபுதஃ || விஷயங்களிற் சஞ்சரிக்கும் கேத்தா
முதலியவற்றைக் கிரமப்படி பிரத்தியாகாரம் செய்தல் (திருப்
புகல்), பிரத்தியாகாரமெனப்படுகின்றது” என்று விஷ்ணுபுரா
ணத்தற் கூறிய இலக்ஷணமுடைய பிரத்தியாகாரம் சொல்லப்
பட்டது. (கூக)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஜ்ர-நாடிவ்யெத 8 தஸ்ய-க்யூதவாவஸு |
புயாகிஸ-தராமெஸ்யபுஹிநவக்ஷஃவமொயயா |

* தரிசனம், சாண்டில்யம், யோதத்துவமுதலியவுபநிஷத்து
க்களிலும் சூதசங்கிதைமுதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் பிரத்
தியாகாரத்தின் இலக்ஷணங்கள் வருமாறு:—

(க) சுபாவமாக விஷயங்களிற் செல்லும் இந்திரியங்களைப் பல
மாக இழுத்தல், பிரத்தியாகாரமெனப்படும்.

(உ) எதைப் பார்க்கிறானோ அது முழுவதும் பிரமமாமெனக் காண்
டல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(ஈ) பாதம், அங்குஷ்டம், கரடி, கணைக்கால், முழந்தாள், தொ
டை, பாயு, இலிங்கம், நாபி, இருதயம், கழுத்து, மிடறு, அண்ணம், நா
சி, கண், புருவநடு, நெற்றி, சிரசென்னும் பதினெட்டு மர்மஸ்தானங்க
களிலும் கிரமமாகத் தரித்தல் அதாவது அந்த ஸ்தானங்களில் ஆரோக
அவரோகக்கிரமமாகப் பிரத்தியாகாரஞ் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(ச) நித்தியதர்மங்களின் பலத்தை விடுதல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(ரு) மரணபரியந்தம் தான் செய்யும் சுத்தாசுத்தங்களெல்லாவற்
றையும் பிரமத்தினிடத்திற் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(சு) நித்தியதர்மங்களையும் காமியதர்மங்களையும் பிரமாராதனைப் பு
த்தியாகச் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(எ) வாயுவை ஒரு ஸ்தானத்திலிருந்து மற்றொரு ஸ்தானத்தில் அ
தாவது தந்த(பல்)மூலத்தினின்று கண்டஸ்தானத்திலும், கண்டஸ்தா

(இ-ள்) நாதபந்தத்தாற் கட்டப்பட்ட (நாததாரணையில் ஆசக்த முள்ள) தும், அதனாலேயே கூணத்திற்குக் கூணம் விஷயத்தைக்கொடுத்தலாகிய சபலத்தன்மையை நன்றாய் விட்ட துமாகிய மனம், இறகொடிந்த பகலிபோல் மிகவும் ஸ்திரத்தன்மையை (தாரணையை) யடைகின்றது. எ-று

இதனால் “புராணாபாடுநவவநம் பூத்யாஹாரணயெஹி யம் | வஸீக்யக்ய ததஃகூபபூ ஹிததெஸ்யபூம் ஸாஹாஸ்யெ || பிராணாயாமத்தால் வாயுவையும் பிரத்தயாகாரத்தால் இந்திரியத்தையும் வசப்படுத்தி, அதன்பின் சுபாசிரய (சகுண அல்லது நிர்க்குணபிரம) த்தில் சித்தத்தின் ஸ்திரத்தன்மையைச் செய்யவேண்டும்” என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறப்பட்டிருக்கும் இலகூணமுடைய சுபாசிரயத்தில் சித்தத்

னத்தினின்று மார்பிலும், மார்பினின்று வயிற்றிலும், வயிற்றினின்று நாபியிலும், நாபியினின்று குண்டலியிலும், குண்டலியினின்று மூலாதாரத்திலும், மூலாதாரத்தினின்று இரண்டு கடிகளிலும், கடிகளினின்று தொடைகளிலும், தொடைகளினின்று முழந்தாள்களிலும், முழந்தாள்களினின்று கணைக்கால்களிலும், கணைக்கால்களினின்று பாதாங்குஷ்டங்களிலுமாக நிரோதித்தல், பிரத்த யாகாரமாம்.

(அ) சலனமில்லாதவனாய்ச் சுவஸ்திகாசனத்திலிருந்துகொண்டு இரண்டு நாசிகளாலும் வாயுவை இழுத்துப் பாதமுதல் சிரசுபரியந்தம் பூரிக்கவேண்டும். பின்னர் இரண்டு பாதங்களிலும், அதுபோல மூலாதாரத்திலும், நாபியிலும், இருதயத்திலும், கண்டமூலத்திலும், அண்ணத்திலும், புருவநடுவிலும், நெற்றியிலும், சிரசிலும் நிறுத்துதல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(க) சகல விஷயங்களிலும் பராமுகமாயிருத்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(க௦) வித்துவான் தனது புத்தியை யிழுத்துச் சமசித்தமுள்ளவனாய் நிர்த்துவந்துவரும் நிர்விகற்பமுமாகிய ஆத்மாவில் நிறுத்துதல், சாட்சாத் வேதாந்தமுணர்ந்தவர்களால் பிரத்தியாகாரமெனப்படும்.

தை வைத்தவென்னும் * தாரணை சொல்லப்பட்டது. (கூஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸவபூமிஃகாஃ வாரித்யஜ்ய ஸாவயாதெந வெத
ஸா | நாடிவளவாநஸ்யெயெயெ யொமஸாஜ்ஜஜ்ஜி
ஹதா || || கூங ||

* தரிசனம் சாண்டில்யம் யோகதத்துவமுதலிய உபநிஷத்துக் களிலும், சூதசங்கிதைமுதலிய மற்றச் சாஸ்திரங்களிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் தாரணையினிலக்கணம் வருமாறு:—

(க) தேகமத்தியவாகாசத்தில் பாகியாகாசத்தையும், பிராணவாயுவில் வெளிவாயுவையும், உதராக்கினியில் வெளியக்கினியையும், ஜலாம்சத்தில் ஜலத்தையும், பிருதிவி பாகத்தில் பிருதிவியையும் தரிக்கவேண்டும். இவற்றிற்கு ஹ, ய, ர, வ, ல என்னும் மந்திரங்களைக் கிரமமாக உச்சரிக்கவேண்டும்.

(உ) பாதமுதல் முழந்தாள் வரையில் பிருதிவிஸ்தானமெனப்படும். பிருதிவி நாற்கோணமும் மஞ்சள் நிறமும், லகாரம் அக்ஷரமுமாம். பிருதிவியம்சத்தில் வாயுவையாரோபித்து லகாரத்தோடுகூடிய பொன்வடிவமாகிய நான்கு முகங்களையுடைய பிரமாவைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண்டும். அதனால் பிருதிவிஜயத்தையடைகிறான். இந்த யோகிக்குப் பிருதிவியின் சம்பந்தத்தால் மரணமுண்டாகாது.

முழந்தாள்முதல் பாயுவரையில் அப்புஸ்தானமெனப்படும். அப்பு அர்த்த சந்திரவடிவமும், வெண்ணிறமும், வம்பீஜமுமாம். அப்புஸ்தானத்தில் வாயுவையாரோபித்து நாற்புயமுடையவரும், கிரீடியும், சுத்த ஸ்படிகம்போன்றவரும், பீதாம்பரதாரியும், அச்சுசருமாகிய நாராயணனை வகாரத்தோடு தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண்டும். அதனால் சகல பாவங்களினின்றும் நீங்குகிறான். ஜலத்தினால் பயமில்லை. ஜலத்தில் மரணமுமில்லை.

பாயுமுதல் இருதயம்வரையில் அக்கினியின் ஸ்தானமெனப்படும். அக்கினி முக்கோணவடிவமும், இரத்தவர்ண (நிற)மும், ரகாரம் பீஜமுமாம். அக்கினியில் வாயுவையாரோபித்து திரிநேத்திரமுடையவரும், தருணாகித்தனைப் போன்றவரும், சர்வாங்கங்களிலும் வீபுதியணிந்தவரும், நல்ல பிரசன்னமுடையவரும், வரத்தைத்தருபவருமாகிய வகாரத்தோடு விளங்கும் உருத்திரனைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறு

(இ-ள்) யோக சாம்பிராஜ்ஜியத்தை (இராஜயோகமுடை மையை) விரும்பியவனாள் சகல (பாகியாந்திராவிஷயங்களின்) சிந்தையையும் விட்டுச் சர்வதான (ஏகாக்கிர) மாகிய சித்தத் தால் நாதமே அநுஷ்டிக்கத்தக்கதாம். எ-று

த்தவேண்டும். இவன் அக்கினியினால் தகிக்கப்படான். அக்கினி கு ண்டத்திற் பிரவேசிக்கினும் அவன் சரீரம் தகிக்கப்படமாட்டாது.

இருதயமுதல் புருவநடுவனாயில் வாயுஸ்தானமெனப்படும். வாயு அ றுகோணவடிவமும் சுருநிறமும் யகாரம் பீஜமுமாம். வாயுஸ்தானத் தில் பிராணனை ஆரோபித்து, அதில் எங்கும் முகமுள்ள சர்வஞ்ஞாகி ய ஈசுவரனை யகாரத்தோடு தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண் டும். அப்போது வாயுவைப்போல ஆகாயத்திற் சஞ்சரிப்பவனாகின் றான். அவனுக்கு வாயுவினால் பயமும் மரணமுமில்லை.

புருவநடுமுதல் கிரசுவரையிலும் ஆகாயஸ்தானமெனப்படும். ஆகா யம் வட்டவடிவமும் புகைநிறமும் ஹகாரம் பீஜமுமாம். ஆகாயத்தி ல் வாயுவை ஆரோபித்து சுத்த ஸ்படிகம் போன்றவரும், ஐந்து முகங்க ளையுடையவரும், பத்து புஜங்களையும் மூன்று கண்களையுமுடையவ ரும், சர்வாயுதங்களைத் தரித்தவரும், சகல ஆபரணங்களையுமணிந்தவரு ம், உமைபாகரும், இளம்பிறை சூடியவரும், வரதரும், சர்வகாரணகா ரணரும், ஹகாரத்தோடு கூடிய சங்கரரும், விந்துருப மகாதேவருமாகி ய வியோமவடிவ சதாசிவத்தைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்த வேண்டும். ஆகாசதாரணத்தால் அவனுக்கு ஆகாயத்திற் சரிக்குந்தன் மையுண்டாகின்றது. அவன் எவ்விடத்திலிருக்கினும் சுகத்தையனுப விப்பன்.

(ஈ) புருஷனிடத்தில் சகலத்தையும் நடத்தும் போதாநந்தவடிவ மாகிய சிவத்தைப் புத்திமான் நித்தியமும் சகல பாவங்களும் நீங்கும் பொருட்டுத் தாரணை செய்யவேண்டும்.

(உ) பிரமாதிகாரியவடிவங்களைத் தத்தம் காரணத்தில் ஒடுக்கி, எல் லாவற்றிற்குங் காரணமான அவ்விபக்சமும் நிரூபிக்கத்தகாததுமாகிய அசேதனத்தைப் பிரணவமாகிய சம்பூரண சாட்சாத் ஆத்துமாவினிடத் தில் தாரணை செய்யவேண்டும்.

(ஊ) ஆத்துமாவினிடத்தில் இந்திரியங்களோடு மனதைச் சேர்த் தல், தாரணையாம்.

இதனால் “தத் துவபுத்யுபெகா முஸு தகிஹா நு
நிஹிஹா | தஜிர் நஸுய ரெரொ மெமஃ ஷலிநிஷ்டாடி
தெந்யவ || அரசனே! அந்தத் தாரணை செய்யப்பட்டவடிவி
ன் வடிவமாகிய விருத்தியின் ஏகாக்கிரத்தன்மையாகிய சந்த
தியு (பிரவாகமு) ம் அதற்கந்நியவிஷயங்களிற் செல்லாமையும்
தியானமாம். அது முதல்ஆறு அங்கங்களால் சம்பாதிக்கப்ப
டுகின்றது.” என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறப்பட்டிருக்கும்
இலக்ஷணமுள்ளதும், “தத் துவபுத்யுபெகா ந தாயுநா || அ
தில் (தாரணை செய்யப்பட்ட விஷயத்தில்) விருத்தியின் ஏகா
க்கிரத்தன்மை (ஒருவடிவாந்தன்மை) தியானமா” மென்று பா
தஞ்சலசூத்திரத்திற் சொல்லப்பட்ட இலக்ஷணமுள்ளதுமாகி
ய * தியானம் சொல்லப்பட்டது. (கூஉ)

* தரிசனம் காண்டில்யம் யோகதத்துவமுதலிய உபநிஷத்துக்
களிலும், சூதுங்கிதை முதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் தியா
ன லக்ஷணம் வருமாறு:—

(க) சத்தியமும், பரப்பிரமமும், சகல சம்சாரத்திற்கும் மருந்து
ம், ஊர்த்துவோதசுடையவரும், விருபாக்ஷரும், விசுவரூபரும், யோகிசு
வரருமாகிய மகேசுவரனை அவரே நானென்று ஆதரவோடு தியானிக்க
வேண்டும்.

(உ) அசலமும், நித்தியமும், ஆதிமத்தியாந்தமில்லாததும், அஸ்
தாலமும், ஆகாயமல்லாததும், பரிசிக்கப்படாததும், பார்க்கப்படாதது
ம், இராமுங்கந்தமுமில்லாததும், அப்பிரமேயமு. (அளக்கப்படாத
து)ம், உவமையில்லாததும், தியானிக்கப்படுபொருளுக் கப்பாற்பட்ட
தும், சச்சிதானந்தமும், அநந்தமும், ஆத்துமாவாகிய பிரமத்தை (அந்த
ப்பிரமமே) நானென்று விசேஷமுத்தியின்பொருட்டுத் தியானிக்கவே
ண்டும். அன்றியும் “ஓர் பரமாத்வைதபாவமிருக்கின்றது. அதுவே
ஆத்மாவென்பதாக எப்படி யெப்படி யெழும்புகின்றதோ, அங்கே சொ
ரூபமாகவே பாவிக்கவேண்டும். அவ்வெல்லாப் பூதங்களிலும் சமதிரு
ஷ்டியும் பாவிக்கவேண்டு” மென்று சித்தசித்தாந்தபந்ததியில் தியான
லக்ஷணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே மூர்த்தித்தியானமென்
னும் சகுணம், ஆத்மயதார்த்தத்தன்மை யென்னும் நிர்க்குணமென்று

(அ-கை) இதுவுமது.

நா டொ னு ரு ம ஸ்ர று ம ஷு யெ ந வா ம ா ரா ய தெ |
ஊ ரு ம ஸ்ர று ம ஷு வ யெ வு ரா ய தெ ட வி வ ||

(இ-ள்) நாதம் அந்தரங்கமாகிய மனமென்னும் மாணைக்க
ட்டுவதில் (அதன் சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுப்பதில்) வலையைப்
போன்றிருக்கின்றது. [வலைபந்தனத்தால் சாரங்கத்தின் (மானி
ன்) சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுத்தல்போல நாதம் மனதின் சஞ்
சலத்தன்மையைக் கெடுக்கின்றது என்பது பொருள்] அந்
தரங்கமாகிய குரங்கத்தை (மனதாகியமாணை) க்கொல்லுதலில்
(நாநாவிருத்தி யுண்டாதலைக்கெடுத்தலில்) வேடனைப்போன்றிரு
க்கின்றது. (வேடன் வலையினுற் கட்டுப்பட்ட மிருகத்தைக்
கொல்லுவதுபோல நாதமும் தன்னிடத்து ஆசக்தமாகிய ம
னதைக் கொல்லுகின்றது என்பது பொருள்) எ-று. (கூச)

ஊ ரு ம ஷு யெ ந வா ஜி ந ஸ்ர றி வ ரா ய தெ | நா
டொ வ ரா ஷ்ர றி தெ நி. கு வ யா ய ஸ்ர றி யெ நி தா ||

(இ-ள்) அன்றியும் அது யோகியின் அந்தரங்கமாகிய கு
ருவகைக்கு வாசலிற் கிடக்கும் கட்டை அல்லது இருப்புச்சலாகை
போன்றிருக்கின்றது. (குதிராலாயத்தில் முன்னால் போட்டி
ரும்பும் கட்டை அல்லது இருப்புச்சலாகை குதிரையை வெளி
யிற் போகாதபடி தடுக்கின்றது. அதுபோல நாதம் அந்தக்கர

இருவகைத்தியானம் சொல்லப்பட்டது. இவற்றுள் “மனது நிலைக்
கும்பொருட்டு முதலில் ஸ்தூலவடிவத்தை விசேஷமாய்ச் சிந்திக்கவே
ண்டும். அதி (ஸ்தூலத்தி)ல் நிலைத்த மனது குட்சமத்திலும் நிலை பெ
றும்” என்னும் கருடபுராணவாக்கியத்தால் முன்னர் சகுணமும் பின்
நிர்க்குணமும் முறையே அப்பியசிக்கத்தக்கனவாம். இக்கருத்தேபற்றி
இந்தூலாசிரியர் நாதாநுசந்தானத்தை விசேஷமாகக் கூறினார். இப்ப
டியப்பியசிக்கும் புருஷனாகிய மகாத்மாவிற்குக் கிரமமாக வேதாந்த வி
ஞ்ஞானமுண்டாகுதல் இதற்கு முடியவில்லை.

ணத்தை வெளியிற் போகாதபடி தடுக்கின்றது) ஆகையால்
நாதத்தின் உபாசனை யோடுகளாற் பிரதிதினமும் ஆதரிக்கத்த
க்கதேயாம். எ-று. (கூடு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வடவீதி-தூவாணுயு- நாதமயகஜாரணாக | 8
நடவார டிரெஹாதி நிராமவாவ்ய வெட்டடி |

(இ-ள்) மனமென்னும் பாதரசம் நாதமென்னுங் கந்தக
த்தோடு சேர்த்தலால் கட்டப்பட்டு (நாதமொன்றிலேயே ஆச
த்தியுடையதாய்), அத்தனாலேயே சஞ்சலத்தன்மை (அநேக வி
ஷயாகார விருத்திப் பரிணாமம்) நீங்கி, நிராலம்ப (பிரம) மென்
னும் அபரிச்சின்ன ஆகாயத்திற் செல்லுதலை [ததாகார (அதே
வடிவமாகிய) விருத்திப்பிரவாகத்தை] யடைகின்றது. எ-று.

பாதரசம் கந்தகசம்பந்தத்தால் கட்டுப்பட்டு (குளிகைவ
டிவமாய்)ச் சஞ்சலம் நீங்கி, ஆகாயகமனத்தைச் செய்விப்பது
போல, நாதத்தால் கட்டுப்பட்ட மனமும் அவிச்சின்னமாகிய பி
ரமாகார விருத்தியைச் செய்விக்கின்றது என்பது பொருள். ()

(அ-கை) இதுவுமது.

நாதஸ்ர வணதஃகிவ னைரமத-ஜமதஃ | விஷு
த்யவ-திரெகாமு : கூ-த விநவியாவதி | | கூஎ |

(இ-ள்) நாதசுவணத்தால் சீக்கிரமாய் மனமென்னும்
சர்ப்பம் எல்லாவற்றையும் மறந்து ஏகாக்கிரமாய் (நாதாகாரவி
ருத்திப்பிரவாக முடையதாய்) என்கும். (வேறு விஷயங்களில்
ஒடுகிறதில்லை. எ-று.

சர்ப்பம்போல சமஸமுடையதாயும் நாதத்திற் பிரியமு
டையதாய் மிருத்தலால், மனதைச்சர்ப்பமாக உருவகம் பண்
னிதார். நியானத்திற்குப் பிந்திய சுலோகங்களால் "தடுவெ

வகலுநாஹீநம் ஸூராவய மண்ணஹிபக் | 3 தஸாஹா
நமிஷாஹி: ஸாராயிஸுஸாஹிபதே | அதன் (எமருபாதி)
கற்பனையின்றிய சொருபக்கிரகணம் எதுவோ, அதுவே மன
தின் தியானத்தால் சம்பாதிக்கப்படும் சமாதியெனப்படும்”
என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறிய இலக்ஷணமுள்ளதும்,
“ததேவாயுராது நிஹபாஸம் ஸூராவய நயீவஸாரீ
யி: | அந்தத்தியானமே: பிரத்தியய சொருபமில்லாததுபோ
ல் தியானிக்கப்படும் வஸ்துமாத்நிரமாய் விளங்குதல், சமாதி
யெனப்படும்” என்று பாதஞ்சலசூத்திரத்திற் கூறிய இலக்ஷ
ணமுள்ளதுமாகிய சம்பிரஞ்ஞாதலக்ஷண * சமாதியெனச் சொல்ல
ப்பட்டது. (கௌ)

* அநேக சுருதிகளிற் சொல்லப்பட்டிருக்கும் சமாதியிலக்கண
ம் வருமாறு:—

(க) திரிபுடியில்லாத பரமாதந்த சொருப சுத்தசைதன்னிய வடி
வமாகிய ஜீவாத்நும பரமாத்நும ஐக்கியாவஸ்தை, சமாதியெனப்படும்.

நித்தியமும் எல்லாவற்றினுமுள்ளதும், தோஷங்களில்லாததும்,
கூடஸ்தருமாகிய ஆத்மா ஒன்றாயிருந்துகொண்டு, மாயை மயக்கத்தா
ல் பேதப்படுகின்றது. சொருப (வாஸ்தவ)மாகப் பேதப்படுகிறதி
ல்லை. ஆகையால் அத்வைத மொன்றேயுள்ளது; பிரபஞ்சமுமில்லை;
சம்சாரமுமில்லை. எப்படி ஆகாயமொன்றே கடாகாயம் மடாகாயமெ
னப்படுகின்றதோ, அது போல ஆத்மாவொன்றே பிராந்தர்களால் ஜீ
வாத்மா பரமாத்மாவென இரண்டு வகையாகச் சொல்லப்படுகின்றது.
நான் தேகமல்லன்; பிராணனல்லன்; இந்திரியங்களல்லன்; மனமல்ல
ன்; சாட்சி சொருபமாயிருத்தலால் கேவலசிவமேயான் என்னும் புத்தி
யெதுவோ, அதுவே இங்கே சமாதியெனப்படுகின்றது.

தியானிக்கிறவன் தியானமென்னுமிரண்டையும் விட்டு, காற்றில்
வாவிடத்துள்ள தீபம்போல தியானிக்கப்படுபொருள் ஒன்றைமாத்நி
ரம் விஷயம் செய்யும் சித்தம், சமாதியெனப்படும்.

நானே பரப்பிரமம்; பரப்பிரமமே நானென்னும் நிலை, சர்வவிருத்
தி நிரோதகமாகிய சமாதியெனப்படும். செவ்வையாகத் தியானத்தை

(அ-ஐ) இதவுமது.

கா.வெடிவதிடுகொவதூறி:கா.வெடி தவஹஸாஜிதி|
நா.வெடிவதிடு தஹிதா நா.வெடி தவஹஸீபகெ |

மறத்தலும், சமாதியெனப்படும். பிரபாகுனியமும், மனகுனியமும் புத்திகுனியமும் நிராமயமும் சர்வகுனியமுமாகிய நிராபாசம், சுமாதியெனப்படும். ஊர்த்துவ (மேல்) பூரணமும் அதோ (கீழ்) பூரணமும் மத்திய பூரணமுமாகிய சிவசொருபம், பாரமார்த்திகசமாதியாம். உத்தான (எழுகின்ற) சம்ஸ்காரங் (வாசனை)களின் தடையும், நிரோத (அடங்குகின்ற) சம்ஸ்காரங்களின் பிரகடத்தன்மையுமான அந்தக்கரணத்தின் ஏகாக்கிரத்தன்மையாகிய பரிணாமம், சுமாதியெனப்படும். அச்சமாதி, சவிகற்பசமாதி நிருவிகற்பசமாதியென் றிருவகைப்படும். அவற்றுள் சவிகற்பசமாதி, திருசியாநுவித்தம் சப்தாநுவித்தமேன இருவகையாம். இருவகைச் சவிகற்பமும் நிருவிகற்பமுமாகிய இம்மூன்றும் ஆந்தரம்பாகியமென்னும் வேறுபாட்டால் அறுவகைப்படும்.

ஞாதா ஞானம் ஞேயமென்னும் திரிபுடித்தோற்றத்தோடு அத்து விதியப் பிரமத்தில் அந்தக்கரணவிருத்தி நிலைத்தல், சவிகற்பசமாதியெனப்படும்.

“முக்குண வடிவமாகிய அந்தக்கரணத்திற்கும், அதன் மூன்று விதபரிணாம (விகார)மாகிய சாந்தகோரமுடவிருத்திகளுக்கும் ‘நான்’ என்றும் சாட்சியாயிருக்கிறேன்’ அவற்றுள் நான் அநுகுதமாயிருத்தலால்” என்னும் வடிவினதாக நிரந்தரமுண்டாகும். சித்தவிருத்தியின் பரிணாமம், திருசியாநுவித்தசவிகற்பமாம். முமுகுக்களால் திருசியத் தையவலம்பித்துச் செய்யப்படுவது, திருசியாநுவித்தமாம்.

‘நான் அசங்கன், அத்விதிய சொப்பிரகாசன்’ என்னும் வடிவினதாக நிரந்தரமுண்டாகும் சித்தவிருத்தியின் பரிணாமம், சப்தாநுவித்தசவிகற்பமாம். அசங்கமுதலிய சப்தத்தையவலம்பித்துச் செய்யப்படுவது, சப்தாநுவித்தமாம்.

முற்கூறிய இருவகை விருத்திப் பிரவாகங்களின் நிரோதத்தோடு சித்தம் பிரமவஸ்துவில் நிலைத்தல், நிருவிகற்பசமாதியாம். இம்மூன்றும் ஆந்தரமாம். இப்படியே சூரியன்முதலிய வெளியாலம்பனத்தில் முற்கூறிய மூன்றுவித சமாதிகளையும் செய்தல், பாதிமாம்.

(இ-ள்) கட்டையிற் பிரவர்த்தித்த அக்கினி கட்டையோடு சாந்தமாவது (சுவாலேவடிவத்தை விட்டு தன்மரத்தினா வடிவமாக நிற்பது) போல நாதத்திற் பிரவர்த்தித்த சித்தம் நாதத்துடன் இலயமாகின்றது. (இராஜத தாமதவிருத்திகளின் நாதத்தால் சத்துவமரத்திரசேஷமும் சம்ஸ்காரசேஷமும் முண்டாகின்றது). எ-று.

அது மைத்திராயணீய மந்திரத்திலும் “யயா நிரியெநா வஹிஃ ஸ்யொநாவ-வஸாஜ்யேகி தயாவ் திக்ஷபாஜி து வ்யொநாவ-வஸாஜ்யேகி னெப்படி விறகில்லாத அக்கினி தனது காரணத்தில் இலயமாகின்றதோ, அதுபோல் விருத்தி நசித்தால் சித்தம் தனது காரணத்தில் இலயமாகின்றது” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கூஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வ்யாபி நாடிஸ்தஸு ஸ்ரூதஃ காரணஹரிணஸ்யு |
புஹரணஃ ஷில-கரஸரஸஸ்யாந புவீணஸ்யு ||

(இ-ள்) பாணத்தைப் பூட்டுதலில் (பாணத்தைப்போல்

அச்சவிகற்பசமாதியையே சப்தாநுவித்தம் சப்தாநுவித்தமென இரண்டு வகையாகவும் கூறுவர். ‘அகம்பிரமாஸ்மி’ என்னும் சப்தத்தோடு அநுவித்தம் (கூடியது), சப்தாநுவித்தம். அந்தச் சப்தமில்லாதது, சப்தாநுவித்தம்.

அன்றியும் சமாதி, சம்பிரஞ்ஞாதம் அசம்பிரஞ்ஞாதமென இரண்டு வகையாம். அவற்றுள் விஜாதீயப்பிரத்தியயவிருத்திகளின் அந்தராயமி (மறைப்பி)ன்றியதைலதாரையைப்போல இடையில்லாச்சஜாதீயப்பிரமாகாரவிருத்திப்பிரவாகம், சம்பிரஞ்ஞாதசமாதியாம். சகல விருத்திகளின் நிரோதத்தோடு சித்தம் நிருவிகற்ப பிரமாகாரமாக நிலைத்தல், அசம்பிரஞ்ஞாதசமாதியாம் இவற்றுள் சம்பிரஞ்ஞாத சமாதி இந்நூலின் கூச-வது சுலோகமுதல் நாலுசுலோகங்களாலும் அசம்பிரஞ்ஞாதசமாதி கூஅ-வது முதல் ஐந்து சுலோகங்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

வேகமாய்ச் செல்லுவதாகிய வாயுவைச் சமுமுனை மார்க்கமாகப் பிரமாந்திரத்திற் சேர்த்தலில்) சாமர்த்திய மிருந்தால் கண்டாதி (மணி, சங்கு, மத்தளம், உடுக்கை, துந்துபி, மேகமுதலிய வற்றின்) நாதங்களில் பற்றியிருத்தலால் நிச்சலமாகிய அந்தக் கரணமென்னும் மானைக் கொல்லுதல் (நரநாவிருத்திகளைப் பிரதிபந்தித்தல்) சுகமாய்ச் செய்யக்கூடும். எ-று. (கூக)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுநாஹதஸ்யஸஸ்யஸ்யநிபுஉவஹ்யுதே | ஸ
நொஹமபுதஃஸ்யோபஃஸ்யோபஸ்யோபஹமபுதஃ | ௩௩
ஸுதுயுபஃபாதி ததுஸ்யோபஹமபுதஃ || ௧௦௦ ||

(இ-ள்) அநாகத சப்தத்தின் எந்தத்தொனி கேட்கப்படுகின்றதோ, அந்தத் தொனிக்குள் னேயம் (சொப்பிரகாச சைதன்னியம்) இருக்கின்றது. னேயத்திற்குள் மனமடங்கி யிருக்கின்றது. (னேயாகாரத்தன்மை யடைந்திருக்கின்றது). அதில் (னேயத்தில்) மனம் விலயமடைகின்றது. (பரவராக்கியத்தால் சகல விருத்தி குனியமாகிய சம்ஸ்கார முண்டாகின்றது). அது விஷ்ணு (வியாபகமாகிய பரமாத்மமா) வின் பாம (அந்தக் கரண விருத்தியில்லாமையால் நிருபாதிகமாகிய) பத (சொருப) மாம். எ-று.

“வடிதேமஜ்யதெயொயிவிரிதிவடி | யோகிகளா ல
டையப்படுகின்றமையால் பதமெனப்படுகின்றது” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (ஈ)

(அ-கை) இதுவுமது.

தாவராகாஸஸங்கஹோ யாவஹஸ்யஸ்யுதே |
நிஸுஸ்யுததாஸஸஹ வாரிதெதிதீபதே || ௧௦௧ ||

(இ-ள்) எதுவனையிலும் அநாகத சப்தம் கேட்கப்படுகின்றதோ, அதுவனையிலும் (சப்தம் ஆகாயத்தின் குணமாயிருத்

தலால், அல்லது குணகுணிகளுக்கு அபேதமிருத்தலால்) ஆகா
யத்தின் சங்கற்பமுண்டாகின்றது. மனதோடு சப்தம் விலய
மாகுதலால் சப்தமின்றியது எதுவோ, அது பரப்பிரமமெனும்
சொல்லிற்கு வாச்சியமான பரமாத்மாவென்று சொல்லப்படு
கின்றது. எ-று.

சகல விருத்திகளும் இலயமாகுங்கால் உண்டாகும் சொ
ரூபஸ்திதி எதுவோ, அதுவே பரப்பிரமம், பரமாத்மாவெனு
ம் சப்தங்களால் சொல்லப்படுகின்றதென்பது கருத்து. (நக)

(அ-கை) இதுவுமது.

யக்திஹிஹாஹிவெண ஸூரபதெஸக்திவெவஸா !
யஸுக்ஷாஹொநிராகாரஃ ஸவனவவாஹெஸூரஃ ||க௮||

(இ-ள்) நாதவடிவமாக யாடு தான்று கேட்கப்படுகின்றதோ,
அது சக்தியே. தத்துவங்களின் இலயத்தையுடைய நிராகா
ம் எதுவோ, அதுவே பரமேசுவரன். (சகலவிருத்திகளும் நசித்
குங்கால் சொரூபாவஸ்தியுடையது எதுவோ, அது ஆத்துமா
வென்பது பொருள்). எ-று.

“கட்டையிற்பிரவிருத்தித்த அக்கினி” யென்பவை முத
லிய சுலோகங்களால் இராஜயோகத்திற்குப் பித்திய பரியாய
மாகிய அசம்பிரஞ்ஞாதசமாதி சொல்லப்பட்டது. (க௮)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸவெஹுஹெயொவாயா ராஜயொமஸ்யஸிவபெ
ராஜயொமஸோரஹஃ ||௧௯||

(இ-ள்) (ஆசனகும்பக முத்திவைடிவமாகிய) ஹ-வபா
யங்களும், (நாதாநுசந்தானம், சாம்பவிமுத்திநாமுதலிய) இ
லயவபாயங்களுமாகிய யாவும் இராஜயோகத்தின் பொருட்டுச்
சொல்லப்பட்டன. (மனதின் சர்வவிருத்தி நிசேத லக்ஷண

மாகிய) இராஜயோகத்தையுடைய புருஷன் காலனை ஜெயித்தவ னாகின்றான். எ-று. (க0௩)

(அ-கை) இதுவுமது.

தக்ஷணீஜஹஃக்ஷத்ரு சௌடாஸீ நஃஜஹஃத்ரி ஹிஃ |
உந்நீகஹுருதிகாஸஜ் வஹவ்ரவதஃதெ || || க0௪ ||

(இ-ள்) தத்துவ (சித்த) மாகிய பீஜம், ஹட (பிராணபா ன லீக்கியலக்ஷணமாகிய பிராணாயாம) மென்னும் சேஷத்திர ம், ஓளதாசீன்யம் (பாவராக்கியம்)என்னும் ஜலம் ஆகிய இம்மூன்றினாலும் உன்மனியென்னும் கற்பகக்கொடி உடனே யுண்டாகின்றது. எ-று

பீஜத்தைப்போல் உன்மனியவஸ்தையென்னும் முளைவடிவ மாகப் பரிணமிப்பதாயிருத்தலால், சித்தத்தைப் பீஜம்(வித்து) என்றார். சேஷத்திரத்தி (பூமியி) ற்போல பிராணாயாமத்தில் உன்மணி(அசம்பிரஞ்ஞாத அவஸ்தை)யென்னும் கற்பகக்கொடி யுண்டாகுதலால் ஹடத்தை சேஷத்திரமென்றார். அக்கொடியி லுற்பதிக்குக்காரணமா யிருத்தலாலும், பாவராக்கியத்தை யேதுவாகவுடைய சம்ஸ்காரவிசேஷம் சித்தத்தின் அசம்பிரஞ் ஞாதமாமென்பது அதன் இலக்ஷணமாயிருத்தலாலும், பாவ ராக்கியத்தை ஜலமென்றார். சகல இஷ்ட சித்திக்கும் சாதனமா யிருத்தலால், உன்மனியைக் கற்பகக்கொடி யென்றார். (க0௪).

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸடாநாடாநஃஸ்யாநா தீயந்தெவாவஸஹ
யாஃ | நிரஃஜநவிலீயதெநிஸ்திகஃ விதூரஃதள ||

(இ-ள்) எப்போதும் நாதாநசந்தானஞ்செய்தலால் பாவ க் கூட்டங்களெல்லாம் நசிக்கின்றன. மனமும் பிராணனும் நிச் சயமாகவே நிரஞ்சனத்தில் (நிர்க்குணமாகிய சைதன்னியத் தில்) இலயமுடையவைகளாகின்றன. எ-று. (க0௫)

(அ-கை) உன்மனியவஸ்தையை மடைந்த யோகியின்
ஸ்திதியைக் கூறுகின்றார்.

சாம்பசி - ந - லி நாடிவந ச்யுணொ திகடா வந | கா
ஷ்வஜாயகெதெஹ உந்நயுவஸ்யபாயு - வம் || கௌ ||

(இ-ள்) சங்குதூந்துபிகளின் நாதம் ஒருக்காலத்திலும் கேட்குறதில்லை. உன்மனியவஸ்தையால் தேகம்(அசைவற்றிருத்தலால்) நிச்சயமாகவே கட்டையைப்போலாகின்றது. எ-று.

(அ-கை). இதுவுமது.

ஸவபூவஸூவநிதிகு-தூ ஸவபூவநிதாவியஜிகு-தூ!
பூதவதிஷ்டதெயொநீவநிதூ நாத்ருஸம்ஸய: || க௦௭ ||

(இ-ள்). எந்த யோகி(சகலவிருத்தி நிரோதமாகிய யோக
த்தையுடைய துரியாவஸ்தையடைந்தவன்) சகல (ஜாக்கிரம்,
சொப்பனம், சுழுத்தி, மூர்ச்சை, மரணமென்னும் ஐந்து) அவஸ்
தைகளினின்றும் விடுபட்டவனாய் எல்லா நினைவுகளும் நீங்கி மரி
த்தவனைப்போல விருக்கின்றானே, அவன் ஜீவனோடிருந்து
கொண்டே முக்தனாகின்றான். எ-று

சகலவிருத்திகளும் நிரோதமாகுங்கால் ஆக்துமாவின்சொ
ருபமாக நிலைத்தலால் முக்தனாகின்றான். அது பாதஞ்சல
சூத்திரத்தில் “தரிடிஷ்டுஃஸூரூவெவஸூரநம் || அப்போ
து (விருத்திநிரோதமாகுங்கால்) திருஷ்டாவாகிய சேதனத்தின்
சொருபத்தில் நிலையுண்டாகின்றது” என்று சொல்லப்பட்டிருக்
கின்றது.

(அ-கை). இதுவும்தான்.

வாழ்வுதெ நவகாமெ ந வாழ்வுதெ நவகருணா |
வாழ்வுதெ நவகருணா வி யொழிபுகூலமோயி நா ||

(இ.ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகி காலனால் விழுங்

கப்படான். (செய்யப்பட்ட சுபாசுப) கர்மங்களால் பாதிக்கப்படான். (ஜனனமாணாதி கருண்டாதலில் கிலேசப்படான்.) எதனாலும் (வேறு புருஷனாலாயினும் அல்லது யந்திர மந்திர முதலியவற்றாலாயினும்) சாதிக்கப்படான். எ-று.

கர்மங்களால் பாதிக்கப்படாநென்பது பாதஞ்சல சூத்ரத்தின் சமாதிப்பிரகாணத்தில் “த தஃகௌஸகரீ-கிவ்யுதிஃ || அதனால் (சமாதிலாபத்தால்) அவித்தையாதி கிலேசங்களும் சுபாசுப கர்மங்களும் முற்றிலும் நிவர்த்தியாகின்றன” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. க0அ

(அ-கை) இதுவுமது.

ந மஃயம் நமஸம்ஸுபம் நமஸுஸுபம் நமஸுஸுபம் | நா
ரா நம் நமஸம்ஸுபம் யொநீய-கூஃ ஸரீராயிதா ||

(இ-ள்) சமாதியோடுபொருந்திய யோக நற்கந்த தூர்க்கந்தங்களையும், (தித்திப்பு, புளிப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு, உவர்ப்பு, துவர்ப்பென்னும் அறுவகை) இரசங்களையும், (செம்மை, கருமை, வெண்மை, பொன்மை, பசுமை, புதைமை, சித்திரமென்னும் எழுவகை) உருவங்களையும், (சீதம், உஷ்ணம், உஷ்ணசீதமில்லாமைமென்னும் மூன்றவித) பரிசங்களையும், (சங்கு தந்துபிமுதலிய பாசியாந்தர) நாதங்களையும் ஆத்துமாவை (தேகத்தை) யும், பிறரையும் அறியான். எ-று

ஆத்துமாவென்பது தேகத்திலும் தைரியத்திலும், ஜீவனிலும் சுபாவத்திலும் பரமாத்மாவிலும் வருமென்பது அமரம் (நிகண்டு) க0க

(அ-கை) இதுவுமது.

வி தஃ நமஸம்ஸுபம் நா ஜா ம் கிவ்யுதிவஜி-கம் |
நமஸுஸுபம் நா ஜா ம் கிவ்யுதிவஜி-கம் |

(இ-ள்) எவனுடைய அந்தக்கரணம் சுழுத்தியடையாததாயும், ஜாக்கிரமில்லாததாயும், நினைப்பு மறப்பில்லாததாயும் நாசமில்லாததாயும், உற்பத்தி யில்லாததாயு மிருக்கின்றதோ, அப்படிப்பட்ட இவன் ஜீவன்முக்தனே. எ-று.

திரிசுணமாகிய அந்தக்கரணத்தில் எப்போது சாத்தவிக இராஜதங்கனையடக்கிச், சகலகரணங்களையும் ஆவரிக்கும் (மறைக்கும்) தமசு ஆவிற்பாவமாகின்றதோ, அப்போது அந்தக்கரணத்திற்கு விஷயாகார பரிணாமமில்லாமையால், அது சுழுத்தியெனப்படுகின்றது. ஆவரிக்கும் தமசு இல்லாமையால் சுழுத்தியடையாததென்றார். இந்திரியங்களால் அர்த்த (விஷய) க்காகணமில்லாமையால் ஜாக்கிரமில்லாததென்றார். விருத்திசாமானிய மில்லாமையாலும் உற்போதகம் (விழிப்பு) இல்லாமையாலும், நினைப்பில்லாததென்றார். ஸ்மிருதியநுகூல சம்ஸ்காரமில்லாமையால் மறப்பில்லாத தென்றார். சம்ஸ்காரசேஷமாகிய சித்தமிருத்தலால் நாசமில்லாததென்றார். விருத்தியுற்பத்தியாகாமையால் உற்பத்தியில்லாததென்றார். (கக0)

(அ-கை) இதுவுமது.

நவீஜாநாகிஸ் தொஷ்ட நடிஃவநஸவந்த
யா | நரி ந0 நாவரி ந0வபொயீய-தஸுராயிநா ||

(இ-ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகி சீதோஷ்ணபதார்த்தங்களையும், துக்கத்தை யுண்டாக்குகின்ற பிறாரற்செய்யப்படும் அடிமுதலியவற்றையும், சுாபி(வாசனையுள்ள)சந்தனாகிகளைப் பூசதல்முதலிய சுகசாதனத்தையும், மானத்தையும், அவமானத்தையும் அறியான். எ-று. (ககக)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸுஸௌஜா ஸு ஸுஸாயா ஸ-ஸுவஜெயாஸவதிஷ்ட
தெ | நிஸுஸௌ ஸு ஸு ஸு நிஸுஸுரித08-தூவனவஸ0||

(இ-ள்) சுவஸ்தனாய் (பிரசன்னமாகிய இந்திரிய அந்தக் கரணங்களுள்ளவனாய்), உ.சுவாச நிசுவாசமில்லாதவனாய், (சொப்பன சுழுத்திகளின் நிவர்த்தியாகிய) ஜாக்கிராவஸ்தையில் தூங்குகிறவனைப்போல் (காமேந்திரிய வியாபாரசூனியனாய்) இருக்கிறவன் எனவே, அவன் நிச்சயமாக ஜீவன்முகத்தனே. எ-று

சுவஸ்தன் என்பதனால் மூர்ச்சை தந்திரை முதலியவை யில்லாமை குறிப்பிக்கப்படுகின்றது. ஜீவன்முகத்தனது சொரூபம தத்தாத்திரேயரால் * “நிமகு-ணய்யா நவஸஃஸரீயிம் உததொஹ்யஸை | ஐ ந ஸாஸகெதெ நவஸரீயிம்ஸரீவா ஹ்யாஸ | வாய-ஃநிர-ய்யெயாவீஜீவ ந-கெதாஹவெஜ-வஃ || நிர்க்குணத்தியானமுள்ளவன் அதன்பின் சமாதியையும் அப்பியசிக்கவேண்டும். பன்னிரண்டு நாளிலேயே சமாதியைச் செவ்வையாய் அடைகிறான். மேதாவி வாயுவை நிரோதித்து நிச்சயமாகவே ஜீவன்முகத்தனாகின்றான்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (ககஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுவய்யுஃஸவபுஸஸாணாஸக்யுஃஸவபுடேஹிநாஃ |

சுமரஹ்யோஸேதயஃதாணாயோபீப-கஸரீயிநா ||

(இ-ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகியானவன் சகல சஸ்திர (ஆயுத)ங்களாலும், கொல்லப்படான். எவர்களாலும் வெல்லப்படான். (வசிகரணம் மாரணம் உச்சாடனமுதலிய பிரயோசனமுள்ள) மந்திரயந்திரங்களாலும் வசிகரிக்கப்படான். எ-று

இப்படியேயோகத்தையடைந்த யோகிக்கு அநேக விக்கினங்கள் வருகின்றன. அவற்றை நிவர்த்திக்கும் பொருட்டு அவ

* இதனை யோகத்ததுவோபநிஷத்து வாக்கியமெனினும் பொருந்தும்.

ஹ்றையறிப வேண்டியிருத்தலால், அவைகளும் காட்டப்படுகின்றன. தக்காத்திரோயரால், “சூதுஸ்யுஷ்டயஜொவிஷ்வாசிதீ யஸ்யுஷ்டயுக்தே | வகுவெபூக்யுக்தயுமொஷ்டீயத்யுகீ யொரிணு ஸாயநம் | உதயெபூயாதுவாரிஸ்யாபிகி யொமவிஷொவிடிஃ | முதல் விக்கினம் ஆஸ்சியமும், இரண்டாவது முற்கூறிய தூர்த்தர்கூட்டமும், மூன்றாவது மந்திரசாதனமும், நான்காவது தாதுவாதமுமாமைன்று யோகவித்துக்கள் அறிகின்றனர்” என்றும், மார்க்கண்டேயபுராணத்தில் “உவ ஸமபூஃ புவதபுகௌ ஐஷ்டிஷ்யாதிநியொமிநஃ | யெதாஸ்தஸ்ஸஸம்பவக்ஷ்யாதி ஸரிஸெநநிஸொயபெ | காரிஃகிரியாஸ்யாகாரிஃ சிநுஷ்ட்யொயொடவிவாஃமகி | ஶ்ரி யொநாமஹுவிஷ்யாஃ ரியாஃகுவ்யுஃயநம் டிவம் | டெவ ஷ்வம் சுரிஸொஸக்வாஸாயநம் வயஃகிரியாம் | ரிஸுத்வதநம் யஜ்ஞோஜ்யாஶ்யாவெஸநந்தயா | ஸ்ராஜாநாஸவபூநாநாஸ ஹுநிநிபரோஷ்யா | தயொவவாலாதுதத்யாஶ்டெவதா ஶ்யுதபூநாடிவி || சுதியிஶ்யுஸ்துகபூஶ்யு உவஸ்யுஷ்டாடி வாரிஹகி | வீஷ்டிஷ்யுஷ்பவதெபுக யதாரெடியீ நிவதபு யெஸ | ஶ்ருஜாஸம்யீநஃகுவபூ நுவஸமெபுஃ ப்ரஃஶ்யு தெ | யோகிகளுக்கு ஆத்துமவைத்தரிசிக்குங்கால் எந்த விக்கினங்கள் பிரவிருத்திக்கின்றனவோ, அவற்றையுனக்குச்சு ருங்கமாய்ச் சொல்லுகிறேன் கேள். காமியக்கிரிபைகளையும் அப் படியே காமத்தால் மனிதன் ஸ்திரீகள், தானபலம், வித்தை, வஞ்சகம், பொன்வெள்ளிக்கண்ணியமான உலோகம், தனம், சுவர்க்கம், தேவத்துவம், அமரோசத்துவம்(இந்திரத்துவம்), இர சாயனம், வயசு, கிரியை, யாகம், ஜலத்திலும் அக்கினியிலும் பி ரவேசித்தல் என்பவற்றையும், அப்படியே சிராத்தத்தின் பல த்தையும், சகலதானங்களின் பலத்தையும், அப்படியே நி யமங்களையும் இச்சிக்கிறான். அப்படியே உபவாசங்களாலு

ம், பூர்த்தங்களா (தடாகம் தண்ணீர்ப்பந்தல் நந்தனவனமு
தலியவை ஏற்படுத்தலா) லும், தேவதார்ச்சனைகளாலும், அ
திதிகளாலும், கர்மங்களாலும் உண்டாகின்ற விக்கினங்களை
இச்சிக்கிறான். இப்படி விக்கினங்களுண்டாகின்றன. அவற்
றை யோக முயற்சியால் நிவர்த்திக்கவேண்டும். மனதை
ப்பிரமத்தோடு அசங்கமாக்கி (கூடாததாகச்செய்து) விக்கின
ங்களினின்றும் விடுபடுகிறான்” என்றும், பதுமபுராணத்தில்
யமெஹிரஃதராயெநபுகூழிவ்யுதௌஸ்யஹிராநஸம் | த
ராமெதேவாஹோதிவாஸுஹாதிதௌயுஹம் | எப்போது இ
வன் மனது இவ்விக்கினங்களால் சிதறவில்லையோ, அப்போது
மேல் அதிதூர்ஸபமாகிய அந்தப்பரப்பிரமத்தை யடைகிறான்”
என்றும், யோகபாஸ்கரத்தில் “ஸாக்ஷிகீஃயுதிதோமஸ்யுயோ
தீஸ்தேநஸஃஸுரிஃ | நிமபுணஃநஸாய்யநபவஸ
மெபுஃ பூஃஸ்யுதே | வஸவ்யொமஃவாலீநஃ ஸகராஹி
வஹிஸ்யுஹம் | ஸிஷ்யாஹிவாஸநாத்யுதீஜீவநுதொஹவெ
நுநிஃ | விஸுரஸ்யுஹியாநொதூஸஹிவிஸுரஹ்யுதேநகஸஃ |
ய்யொநந விஷஃஹரயொ வபுரணீயாஹ்யொயிநா |
யோகி சாத்தவிகமாகிய தைரியத்தைப் பற்றிக்கொண்டு சத்து
வத்தால் நன்றாய் ஸ்திரமுடையவனாய் நிர்க்குணத்தை மனதி
னால் தியானித்தலால் விக்கினங்களினின்றும் விடுபடுகிறான். இ
ப்படி, யோகத்தை யுபாசிக்கின்றவனாய், இந்திராதிபதங்களை வி
ரும்பாதவனாய், * சித்திமுதலியவற்றின் வாசனையை விட்டவ

(*) சித்தியை விரும்பின் முக்தியையடையாரென்பதை,

“அரும்பெறல் யோக நன்கிற் கைவந் தோரவற்றின் போகம்;
விரும்புறின் முத்தியெய்தார் வெறு வெளியதனிற்றோன்றும்;
பரம்பொருளாகுமென்னைப் பாவித்தோர் முத்தி சேர்வர்;
விரிந்திடு பிரமம் யானே யென் மறைவினம்புமன்றே.”

என்னும் கூர்மபுராண வாக்கியத்தாற் காண்க.

னாயிருக்கும் முனி, ஜீவன்முக்தனாகின்றான். இன்னும் அநேக * விக்கினங்களிருக்கின்றன. அவை விரியு மென்னும் அச்சத்தால் விடப்பட்டன. அவை சிவவிஷ்ணுக்களைத்தியானித்தால் யோகியால் தள்ளத்தக்கனவாம்” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. (கங)

(அ-கை) யோகிகளல்லாதவர்களுக்கு ஞானமில்லையென்று நிராகரித்து, யோகிகளுக்கே ஞானமுண்டாமெனக் கூறுகின்றார்.

யாவமெந்நவபூவிஸ்திவநநா ந-தொடியோமெய்யாவலி லெ-ந-வதிஜயஃ பூணவாதபுஷ்யபாக |
யாவஜ்ஜாநெநலஹஜஸஜ்யஸம் ஜாயதெநெநவதகூதா
யஜ்ஜாநெவதிதஜிஜெஹவிய்யாபுராவஃ || ககச ||

(இ-ன்) சுழுமுனை நாடியிற் செல்லும் பிராணவாயு எதுவரையிலும் பிரமாந்திரத்தளவு நன்றாய்ப் பிரவேசிக்கவில்லையோ(பிரமாந்திரத்திற் செல்லுவது ஸ்திரமாகுமாதலின், பிரமாந்திரத்திற் சென்று ஸ்திரமாக வில்லையோ), எதுவரையில் பிராணவாயுவைப் பிரதிபந்தித்தலால் (கும்பகத்தால் ஸ்திரமாக்குகலால்)விந்துதிடமாகவில்லையோ, எதுவரையில் பிராணவாயுவைப் பிரதிபந்தித்தலால் தத்துவம் (மனம்) சுபாவிக தியேயாகாவிருத்திப் பிரவாகமுடையதாகவில்லையோ, அதுவரையில் எவன் ஞானத்தைப்பேசுகிறானோ அந்தஞானம் இடம்பமாத்திர மித்தியாய் பிரலாபமாம். (இடம்பமாக ஞானத்தைப்பேசுதலால் நான் உலகத்தில் பூஜ்ஜியனாவேன் என்னும் புத்தியாகப் பொய் பேசுதலேயாம்). எ-று

(*) அவற்றை விரிவாயறிய விரும்புவோர் யோககுண்டலியுபநிஷத்து, சிவசங்கீதை, வாயுசங்கீதை இலிங்கபுராண முதலியவற்றிற் காண்க. யோகத்தின் உபசர்க்கங்களும் அவற்றின் நிவர்த்தியுபாயங்களும் சௌரபுராணத்தில் விரிவாய்க் கூறப்பட்டிருக்கின்றன.

சுமுமுனையிற் சஞ்சரியாதவாயு அசித்தமெனப்படுகின்றது. அது அமிர்தசித்தியில் “யாவஜிராமபுதோவாயம் நிபுஸுரொநெதவய்யம் | சுலிபம் தவ்ஜாநீபா தாயம் கசிக் வஸாநம் || எதுவரையில் வாயு நிச்சலமாய் வழியேயாடு சுமுமுனை மார்க்கத்தில் செல்லுவதாகவில்லையா அதுவரையில் கர்மவசமாய்ச் செல்லும் அவ்வாயுவை அசித்தமென்றறிய வேண்டு”மென்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணவாயு ஸ்திரப்பட்டால் விந்து ஸ்திரப்படுமென்பது முன் இந்நூலிற்றானே “சுநெஸ்யெபுஸ்யிரோவாயம் ஸுதொஸிநு-ஃஸ்யிரோஹவெசு | மனது ஸ்திரமானால் வாயுஸ்திரமாகும், அதுனால் விந்துஸ்திரமாகும்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. விந்து ஸ்திரமாகாவிடின் யோகிக்கு அசித்தத்துவ முண்டாகின்றது. அது அமிர்தசித்தியில் “யாவஜிராமபுதோவாயம் நிபுஸுரொநெதவய்யம் | சுலிபம் தவ்ஜாநீபா தாயம் கசிக் வஸாநம் || எதுவரையில் தேகத்திலுள்ள பிரமவடிவமாகிய இரகசேந்திரனென்னும் விந்து நெகிழ்(உருகு)கின்றதோ அதுவரையில் அசித்தனாகிய இந்தநான் பத்த (கட்டுடையவ) னாயினும் சம்சாரியென்று மதிக்கப்படுகின்றான். ஜாமாணத்தோடு கூடியவனும் சகல கிளைசங்களுக்கு மாகிரயனும் அப்பிரமசாரியுமாகிய அவனை அசித்தனென்று அறிக” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது “பிராணவாதபுஷ்யாஸு | பிராணவாயுவைப் பிரபந்தித்தலால்” என்பது தேகலீதீப நியாயத்தால் (விந்து தத்துவமென்னும்) இரண்டிடத்தும் பொருந்தும் (நடுநிலைத்தீபமாம்). வாயுஸ்திரப்பட்டால் சித்தம் ஸ்திரமாமென்பது அமிர்தசித்தியில் “யதாஸனஸ்திரயதெவாயம் கியூரோகியூபொமதஃ | ததாஸிநு-ஸுவிதனுஸ்திரயதெவாயம் நாஸஹ || எப்போது இ

ந்தவாயு மத்தியபேயாகத்தால் சுழுமுனைபை ஆசிரயிச்சுகின்றதோ
 அப்போது விந்துவும் சித்தமும் வாயுவோடு மரிக்கின்றன” எ
 ன்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சித்தம் ஸ்திரமாகாவிடின்
 அசித்தத்துவ முண்டாமென்பது அமிர்தசித்தியில் “யாவது
 ஸ்ரூதெதிதூஷாஹ்ராஹ்ஞோரவஸூஷா | சுவலிஜந்தி
 ஜாநீயாவிதூக்ஷமணாநிதூ || எதுவரையில் சித்தம் பாகி
 யாகந விஷயங்களிற் சலிக்கின்றதோ, அதுவரையில் கர்மத்
 தின் குணங்களைப்பற்றிய அந்தச்சித்தத்தை அசித்தமென்று
 அறிக” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணன் விந்து
 சித்தமென்பவற்றின் ஜயமில்லாவிடின் ஞானமில்லாமையால்
 சம்சாரம் கடக்கத்தக்கதாகாது. அது அமிர்தசித்தியில் “வரு
 தெஷ்யஜாவாயு ஸுஜாவிநுஹுஷுதஃ | விநுஹு
 தியஸ்யாமெ விதூகெஸ்யவவவவ | வடுவிநுளவ
 வெவிதே வடுவாயளவஸவபுரா | ஜாயதேதி யதெதொ
 கஃ ஸத்யஸத்யுதீரவவ || எப்போது இந்தவாயு அசைகின்
 றதோ அப்போது விந்து அசைவுடையதெனப்படுகின்றது. எ
 வனது அங்கத்தில் விந்து அசைகின்றதோ, அவனது சித்தம் ச
 ஞ்சலமுடையதேயாம். விந்துவும் சித்தமும் வாயுவு மசைந்து
 கொண்டிருக்குமாயின், ஜனங்கள் பிறந்திறந்துகாண்டேயிருப்
 பர். இவ்வார்த்தை சத்தியம் சத்தியம்” என்று சொல்லப்பட்டி
 ருக்கிறது. யோகபீஜத்திலும் ‘விதூஷநஷ்டயபிஹாஸதெ
 வெததூபதீதொரஃகொவிநாஸஃ | நவாயபிஸ்யாந
 ததஸ்யாஸாஸாநா தூபதீதிநபுமஃநபுரோக்ஷஃ || சித்த
 ம் நஷ்டமானதாகத் தோற்றினால் வாயுவும் நாசமுடையதாகத்
 தோற்றும். அங்ஙனமில்லையேல் அவனுக்குச் சாஸ்திரமுமில்
 லை. ஆந்துமஞானமு மில்லை; குருவுமில்லை; மோக்ஷமுமில்லை”
 என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதனால் பிராணனும் வி
 ந்துவும் சித்தமும் ஜயமானால் ஞானவாயிலாக யோகிகளுக்கு

என்னும் சுருதியால் பரமபுருஷார்த்த சாதனமாகிய ஆத்
மசாட்சாத்த்காரத்திற்கு ஏதுவாக சிவண மனன நிதித்தியாச
னங்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் சிவணமன
னமிரண்டும் நியமத்துள்ளடங்கிய சுவாத்தியாயத்தில் அடங்
குக்கின்றன. நியமவிவரணத்தில் யாஞ்ஞவஸ்கியரால் “வ்ரிஜா
ஹ்ர வணஃபுராக்ஷஃவெஜாஹ்ர வணஃபுரஃ || சித்தா
ந்த சிவணமென்பது வேதாந்தசிவணமாமென்று விவேகிக
ளாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது” என்று வெளிப்படையாக
வே சிவணத்திற்கு நியமத்தில் அடக்கம் கூறப்பட்டிருக்கின்
றது. “சுயீத்யுவெஜஃஸுருத்வா வஃராணஃஸுதிஹாஸ
கஃ | உஜெஷ்யயுயநஃபஹ்ரஸுஜாஹ்ரஃஸுஜவஸ்யுதஃ ||

வேதத்தையாவது சூத்திரத்தையாவது இதிகாசங்களோடு புராணங்களையாவது அத்தியயனம்செய்து, பதங்களில் அத்தியயனஞ்செய்தலாகிய சதாப்பியாசம் (இடைவிடாப்பழக்கம்) ஜபமெனப்படும்” என்று யுக்திகளால் அந்வாதம் சிந்திக்கும் இலக்ஷணமுடைய சதாஅப்பியசிக்கும்வடிவினதாகிய மனனத்திற்கும் நியமத்தில் அடக்கம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. விஜாதியபிரத்தியயத்தை நிரோதித்தல்பூர்வக சஜாதியபிரத்தியயப்பிரவாகரூபமாகிய நிதித்தியாசனமானது சொல்லப்பட்ட இலக்ஷணமுள்ள தியானத்தில் அடங்கும். அதுவும் அதன் பரிபாகவடிவமாகிய சமாதியால் ஆத்துமசாட்சாத் பரவாயிலாக மோக்ஷத்திற்கு ஹேதுவாம். ஈசுரார்ப்பண புத்தியாக நிஷ்காமகர்மத்தை யநுஷ்டித்தலாகிய கர்மயோகம் “தவஸூராய்யெஸூரபுண்ணியாநாநிக்ரீயாயொமஃ || தவம் சுவாதத்யாயம் ஈசுவரப்பிரணிதானம் என்பவை கிரியாயோகம்” என்று பாதஞ்சலசூத்திரத்திற் கூறப்பட்ட நியமத்திற்குட்பட்ட கிரியாயோகத்திலடங்கும். அவற்றுள் தவம் ஈசுவரகீதையில் “உவவாஸவராகா லிக்ஷுஸூராய்யெஸூரபுண்ணியாநாநிக்ரீயாயொமஃ || ஸரீரஸோஷணஃ ப்ராஹ்மஸூர

(அடிமைத்தன்மை), சக்கியம்(தோழமை), ஆத்துமநிலேவாதனம்” என்று ஒன்பதுவிதமாகச்(புறமுடராண முதலியவற்றிற்)சொல்லப்பட்ட சாதிப்பக்தி சொல்லப்படுகின்றது. அது (சாதனைப் பக்தி) ஈசுவரப்பிரணிதான வடிவமாகிய நியமத்தில் அடங்குகிறது. அதாவும் சமாதிக்கு ஏதுவாமென்பது பதஞ்சலிபகவானால் “ஈஸூரபுணியாநாசிர் அல்லது ஈசுவரப்பிரணிதானத்தால்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஈசுவரவிஷயமாகிய பிரணி தானமென்னும் பக்தி விசேஷத்தால் சமாதிக்ரமம் (சமாதிக்ர மம்) உண்டாகின்றதென்பது சூத்திரத்தின் பொருள். ஹஜ நகீஸ் காரணஸ்ய ஹமவதிகாராதாரௌவஹக்ஷிஃ - பஜனம்=அந்தக்கரணம் பகவதாகாரமாதல் பக்தியென்னும் பாவவிற்பத்தியால் பிரயோஜன வடிவமாகிய பக்தி சொல்லப்படுகின்றது. அதுவே பிரேமபக்தியெனப்பட்கின்றது. அதன் இலக்கணம் நா ராயணதீர்த்தரால் “ஐஸ்வர்யபுரமஸ்ய ஸ்வரூபமிதம் ஸ்வரூபமிதம் ஷயபௌக்யகாலிகா க்ஷுணிகபௌக்யவாஹை நவஹநஃ || ஈசுவர சாணூரவிந்தத்தை விஷயிக்கும் ஏகாக்கிரமாகிய அத்தியந்தப் பிரேம (பிரிய)ப் பிரவாகமாகிய அனவச்சின்னம் (இடையின்மை) பிரேமபக்தியோகமாம்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. மதுசூதனசாஸ்வதிகளால் “உவீகாவவகுவிபுகாரிந லொஹமவதிகாராதாரௌவஹவிக்ஷு கவுதிஹபுகிஃ || திரவத்தன்மை பூர்வகமான மனதின் பகவதாகாரத்தன்மை வடிவ னதாகிய சவிகற்பவிருத்தி, பக்தியாம்” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது “ஸ்ரீஹக்ஷியூரநயொமாடிவெஹி || சிரத்ததை பக்தி தியான யோகங்களால் அறிங்” என்னும் சுருதியாலும், “ஹக்ஷூரோரிஜாநாதி | பக்தியால் என்னையறிகுளுன்” என்னும் ஸ்மிருதியாலும் ஆத்துமசாக்ஷாத்காரவாயிலாக மேலாக்ஷ ஏதுவாம். பக்தர்களோ, சுகமே புருஷார்த்தமாகையால்

துக்கமின்மைக் கபின்னமான நிரதிசயசுகத்தின் தாவைடிவமா
கிய பிரேமபக்தியே புருஷார்த்தமென்று கூறுவர். அதுவோ
(பிரேமபக்தியோ) சம்பிரஞ்ஞாத சமாதியிலடங்குகின்றது. இ
தனாலே அஷ்டாங்கயோகத்திற் கந்தியமாகப் பரமபுருஷார்த்த
சாதனமொன்றுமில்லை யென்பது சித்தித்தது. (க க ச)

நான்காமுபதேச முற்றுப்பெற்றது.

ஹடயோகப்பிரதீபிகை.

